Krishnamurti

Dónde encontrar la paz



Krishnamurti

Dónde encontrar la paz

editorial Kairós

Sumario

Introducción

¿Qué falla en nosotros? ¿Somos los seres humanos fundamentalmente imperfectos, profundamente irracionales? Desde mucho antes de que empezáramos a computarlas, ya había guerra tras guerra entre vecinos, entre tribus o ciudades, y, más tarde, entre naciones y alianzas de naciones. ¿Ha existido alguna vez un período sin ningún conflicto en el mundo? ¿Por qué, después de tantos años de convivencia en este mundo de tal belleza natural, seguimos sin estar en armonía con él? ¿Por qué, a pesar del enorme potencial del espíritu humano en sus momentos más sublimes y creativos, no podemos vivir en armonía unos con otros?

¿Dónde radica el problema? En el seno de la familia, educamos a nuestros hijos en los valores de la justicia, del respeto a los demás y del afecto por la naturaleza, y esperamos que los educadores y el sistema educativo les impartan estos mismos valores. Hablamos de igualdad de derechos para que todos los seres humanos puedan vivir su vida con libertad y felicidad, con condiciones dignas, con una buena educación y facilida-

des para conseguir un empleo. Al mismo tiempo, premiamos el espíritu competitivo y la reafirmación de la individualidad hasta el extremo de la agresividad. Explotamos y agotamos los recursos del planeta para nuestra comodidad y lujo, y, al mismo tiempo, hablamos de la necesidad de proteger y preservar estos recursos.

Esta ambivalencia destructiva prevalece en las instituciones que nosotros mismos hemos creado para asegurar el orden social, para protegernos del mal, para inspirar y guiar nuestro crecimiento interno, el cual afirmamos debe ser nuestra más alta y más noble aspiración.

Los representantes políticos son elegidos de entre candidatos que se esfuerzan en conseguir el apoyo popular a través de una competitividad feroz, gastando millones en propaganda electoral y no en el beneficio de la sociedad que prometen mejorar. Los ganadores toman sus asientos en las asambleas y siguen argumentando entre ellos desde la retórica; no alcanzan acuerdos políticos desde la razón, sino en base al peso de la mayoría obtenido en parte manipulando favores políticos, y por otra parte como resultado de la presión de grupos influyentes.

En los tribunales, no se llega a la sentencia a través de un examen imparcial de los hechos relacionados directamente con el caso presentado; las decisiones se basan en algún precedente anteriormente establecido por la ley, y con habilidad los expertos legales argumentan los pros y los contras. Estos expertos no trabajan juntos para encontrar la solución más equitativa y humana, tanto para el acusado como para el acusador; suele

prevalecer el castigo para el primero y alguna clase de recompensa para el segundo. Por tanto, las prisiones no se diseñan para mejorar y educar, sino para castigar y excluir de la sociedad, alimentando mucho más esa delincuencia que se pretende corregir. Estos sistemas de gobierno y justicia, que no tenían otro objetivo que garantizar la justicia y el orden, se ven tan afectados por la pesada burocracia administrativa que su propia ineficiencia los debilita.

Incluso en la religión, donde supuestamente se pretende la unidad con un principio divino personificado por la paz, el perdón, la compasión por todas las cosas vivientes, encontramos contradicciones que restan credibilidad a la creencia. Los fundamentalistas de todas las tendencias inician guerras verbales y físicas contra aquellos que no suscriben sus interpretaciones personales de lo que su "Dios" exige en términos de conducta y valores humanos. Cada una de las principales religiones tiene un historial de violencia manchado de sangre: inquisiciones, cruzadas, luchas entre sectas, persecuciones, terrorismo, lo cual sigue vigente hoy en día. A la vez que proclamamos que el objetivo es la paz en el mundo, bendecimos banderas militares, las colgamos en las iglesias y luchamos en guerras por "Dios y el país". También están aquellos, que de hecho no son pocos, que anhelan una guerra que ponga fin a todas las guerras, el Apocalipsis, porque significaría el fin de la vida en la Tierra y serían entonces catapultados al éxtasis, a un paraíso fruto de su imaginación en el que solo ellos estarían a salvo, nadie más.

Sin duda, el ser humano tiene necesidades físicas como el alimento, la ropa y el alojamiento. Los recursos de la Tierra son suficientes para todos nosotros, siempre que los compartamos razonablemente y no los malgastemos en armamentos y en mejorar la tecnología militar. Al mismo tiempo, la búsqueda individual estimulada por la costosa publicidad suscrita por el mundo de los negocios a costa de nosotros utiliza esos recursos para ganar en confort y lujo para uno mismo y no para los demás. Las naciones desean controlar cada vez más los recursos del mundo para su propia población; estos recursos son utilizados como medios de poder y no para el beneficio de todas las personas de la Tierra. Incluso cuando creamos programas para ayudar a los pobres y desfavorecidos, sea en el propio país o en el extranjero, la burocracia y los sobornos se llevan una parte enorme del presupuesto, en vez de proveer los bienes o servicios necesarios. También es obvio que existe la necesidad psicológica básica de estar libre del miedo. Sin embargo, los regímenes dictatoriales y totalitarios siguen en aumento. A pesar del número de cumbres que se celebran y de los acuerdos internacionales que se firman, se sigue ignorando el hecho fundamental, es decir, que la división genera conflicto, ya sea en una comunidad o entre naciones.

¿Qué falla en nosotros? ¿Podemos hacer algo al respecto? ¿Puede haber paz en el mundo?

En los textos que confeccionan este libro, Jiddu Krishnamurti comparte sus percepciones sobre las causas de esa enfermedad: la raíz de todos nuestros problemas está en la propia

imagen creada por el pensamiento. La correcta actividad del pensamiento ha aportado grandes beneficios físicos por medio de la tecnología, la medicina, la cirugía. Pero el pensamiento, alimentado por el condicionamiento humano de innumerables siglos, también ha creado el miedo, la autoridad, las creencias divisivas y la inseguridad. Más allá, el pensamiento ha creado esa sensación de "yo", de individualidad, que conduce a mantener y reforzar ese sentimiento que genera competitividad, codicia, aislamiento, agresividad, egocentrismo, y que destruye cualquier relación verdadera entre seres humanos.

Nuestro condicionamiento no nos permite usar nuestros cerebros con verdadera creatividad. Sin embargo, Krishnamurti afirma que es posible liberarse del condicionamiento y que, cuando se eliminan el conflicto y las necesidades, el potencial humano no tiene límites. Si reconocemos que nuestra conciencia no es individual, sino común a toda la humanidad, tal vez podamos por primera vez comprender el verdadero significado de la cooperación, la relación y la compasión para con todo.

A lo largo de sus sesenta años viajando por el mundo dando charlas públicas, Krishnamurti se encontró con muchas de las divisiones que acosan la sociedad. Fue testigo de dos guerras mundiales, del conflicto entre coreanos y vietnamitas, de las tensiones de la guerra fría entre Rusia y Estados Unidos. Presenció constantes luchas por los recursos, las fronteras y los territorios. Estaba bien informado a través de numerosas conversaciones con estadistas, educadores, gente de la realeza y, más particularmente, con científicos, religiosos y políticos acerca

de sus preocupaciones y dilemas. Se entrevistó con cientos de personas de distintas índoles que le hablaban de sus conflictos en la relación y con ellos mismos.

En 1983, uno de los temas centrales de la mayoría de las charlas de Krishnamurti fue la paz. Ese fue el tema de las cuatro charlas en Brockwood Park, que corresponden a los capítulos 6, 7, 8 y 10 de este libro. Se agregan los capítulos del 1 al 9, que son charlas en la India, el 3 y el 4, en California, y el 2 y el 5, en Suiza. Estos capítulos no conforman una serie consecutiva y cronológica de charlas, por lo que puede parecer que no tienen continuidad entre ellas. Krishnamurti describía sus charlas como conversaciones entre los oyentes y él mismo. A menudo empezaba recordando lo que se había hablado anteriormente. Eso ayudaba a los oyentes, algunos de los cuales no habían escuchado la charla anterior, pero hemos evitado para el lector estas repeticiones innecesarias de referencias anteriores, de modo que hemos omitido estos resúmenes. Las charlas se han ordenado siguiendo la secuencia que Krishnamurti solía utilizar. Primero, identificaba un tema o un problema e investigaba sus causas. En las siguientes charlas, exploraba ese tema con más profundidad, viendo los diferentes factores psicológicos y ahondando en la naturaleza de ese mismo proceso de exploración.

Krishnamurti solía concluir una serie de charlas de la misma manera que el último capítulo de este libro. Se trata más de una meditación que de una charla, ya que Krishnamurti trata nuestras preocupaciones humanas en el contexto de la inmensidad

de la vida y de una dimensión desconocida que el pensamiento no puede alcanzar. Sin lugar a dudas, si podemos captar el sentido de todo esto, puede que podamos empezar a ver cuán absurda es nuestra historia y poner fin a nuestros conflictos, tanto internos como externos, de forma inteligente; esos conflictos que hemos creado y padecido durante tanto tiempo. Solo entonces puede haber paz en el mundo.

RAY MCCOY
Recopilador

1. Poner orden en nuestra casa

Esto no es una instrucción, una autoridad que les dice lo que deben hacer o pensar. Tenemos que mirar a la humanidad como un todo; tenemos que cuestionar cualquier autoridad física y psicológica: la autoridad de la guerra, la autoridad de los gobiernos, ya sean totalitarios o los llamados democráticos. Cuando investigamos, cuestionamos, exploramos, debemos tener un cerebro escéptico, que cuestione y no que haga preguntas desde un punto de vista particular o desde la pertenencia a una tribu, comunidad religiosa u otra. Juntos vamos a observar el mundo, lo que es, cómo es y no lo que nos gustaría que fuera. Vamos a asumir la responsabilidad de observar los asuntos reales del mundo, el mundo tal cual es.

No hay paz en el mundo. Por mucho que los gobiernos hablen de paz, nunca ha habido paz en el mundo. Históricamente, en los últimos cinco mil años ha habido guerras casi cada año. Los seres humanos se han matado unos a otros en nombre de la religión, de los ideales, de determinados dogmas, de Dios. Se han matado unos a otros y sigue sucediendo. Eso es un hecho.

Nosotros, que habitamos este mundo desafortunado aunque precioso, parecemos incapaces de hacer algo al respecto. Tenemos mentes tribales –hindúes, sikhs, católicas, protestantes o nacionalistas–. Tanto si es nacionalismo occidental u oriental, se trata del mismo tribalismo. Esta es una de las mayores causas de la guerra, aunque existen otras causas, como las económicas, la sociales y las lingüísticas.

Para que reine la paz en el mundo, se requiere mucha inteligencia, no sentimentalismo ni alguna demostración emocional contra el uso de un determinado instrumento de guerra, para comprender la compleja sociedad en la que vivimos. No solo se necesita humildad y la capacidad de observar objetivamente; también se necesita que usted, como observador, elimine todos sus instintos tribales, de modo que deje de ser sikh, hindú, musulmán, cristiano o budista, y sea un ciudadano del mundo. Si mantiene su tribalismo particular, su nacionalismo particular, su religión particular, entonces no podremos investigar si es posible vivir en este mundo de forma pacífica, inteligente, saludable y racional.

Los seres humanos, que hemos evolucionado durante millones de años, hemos llegado a un punto en el que, o bien nos destruimos a nosotros mismos, o somos capaces de crear una sociedad moralmente, éticamente diferente. Al investigarlo, lo cual debemos hacer si somos en verdad inteligentes y nos damos cuenta de lo que sucede en el mundo, tenemos que descartar completamente toda autoridad en asuntos espirituales y así investigar con libertad. De modo que, por favor, descarten

sus ideales, sus conclusiones, sus teorías intelectuales, aunque eso resulte muy difícil de hacer.

Ahora bien, observemos el mundo. El mundo está dividido en nacionalidades, geográfica, lingüística y religiosamente; el mundo está dividido en intereses: por los negocios, espirituales, religiosos y no sectarios. Está fragmentado. Hoy en día, hay guerras en diferentes partes del mundo; la sociedad es corrupta, inmoral, en todos los lugares hay una enorme corrupción. Todo esto son hechos. Existe una gran confusión, un gran desorden en lo político y en lo llamado religioso. Nosotros hemos creado esa sociedad; todos y cada uno somos responsables de esa fealdad, de esa crueldad, de esa violencia y de esa brutalidad que sucede en el mundo. Y, a menos que pongamos nuestra casa en orden, no habrá orden en la sociedad. En cualquier nivel que vivamos en la sociedad, cada uno ha contribuido a la confusión, a la inmoralidad y a la insensatez del mundo. A menos que cada uno de nosotros cambie fundamentalmente en lo psicológico, no habrá paz en el mundo. Puede que piense que puede tener cierta paz en su mente, pero nunca tendrá paz si no tiene orden en su vida diaria. ¿Cuántos se toman todo esto seriamente? Estamos demasiado ocupados, no tenemos tiempo, pero esto es una excusa. Tenemos que poner nuestra casa en orden, y vamos a investigar juntos cuáles son las implicaciones de ese orden.

¿Nos damos cuenta de que vivimos en la confusión, en la incertidumbre, de que buscamos seguridad? Uno debe tener seguridad, seguridad física. Millones de personas pasan hambre. En Europa, el desempleo es elevado, al igual que en América, y

los desempleados no tienen seguridad. ¿Acaso cada uno de nosotros genera desorden al buscar su propia forma de seguridad? Todos buscamos seguridad y uno debe tener seguridad física. Sin embargo, para que esa seguridad sea duradera, perdurable, no puede haber guerras, no puede haber conflictos comunales, posiblemente uno no pueda pertenecer a un sistema particular, porque entonces generará conflicto. El conflicto es desorden, tanto si es entre usted y su esposo o esposa, entre usted y el gobierno o entre usted y su gurú.

Para comunicarnos, es necesario utilizar las palabras, pero las palabras no son importantes; lo importante es el contenido de las palabras, lo que yace detrás de cada una. En esa lucha para lograr ser algo, tanto en lo psicológico como en lo externo, existe un conflicto perpetuo en cada uno de nosotros. También existe un conflicto en nuestra relación con otros, ya sea sexual, familiar o de la comunidad. Meditar se convierte en un conflicto; seguir a otro se convierte en un conflicto. Esta es una de las causas mayores de desorden, no solo en la sociedad sino en nosotros mismos. Si hay conflicto entre las personas, inevitablemente debe haber desorden, y tenemos que ver si es posible poner fin a nuestro conflicto interno, al conflicto *en nosotros*. ¿Puede terminar el conflicto, la lucha, el dolor, la ansiedad, los celos, la ambición, la enorme cantidad de sufrimiento que los seres humanos han generado, tanto en el nivel superficial como en el profundo?

Estamos preguntando si el conflicto puede terminar; no en la sociedad, porque los seres humanos han creado la sociedad.

Ningún dios, ningún agente externo extraordinario ha creado esta sociedad en la que vivimos. La hemos creado nosotros con toda la confusión, la injusticia, la crueldad, la violencia, la brutalidad; cada uno de nosotros la ha creado. En un mundo que se desintegra, debemos ser serios. Si no lo somos para con nosotros mismos, debemos serlo para nuestros hijos y nietos. Es necesario y urgente que seamos muy serios y que nos comprometamos, no con una teoría u ideología, sino que descubramos por nosotros mismos la causa del conflicto, porque, si podemos descubrir esa causa, desaparecerá. Eso es así.

Si nuestro cuerpo padece un dolor, podemos encontrar la causa de ese dolor, y en la causa está el remedio; por tanto, la causa desaparece. De forma similar, si somos realmente serios y no jugamos con ideas, con especulaciones, la causa del conflicto es muy evidente. Existen varias causas, pero en esencia solo existe una causa: nuestro egocentrismo. En nombre de Dios, en nombre de hacer buenas obras, de mejorar la sociedad, de hacer trabajos sociales, de ingresar en el parlamento, etc., buscamos poder y dinero. Eso es lo que quiere la mayoría de los seres humanos: no solo poder físico, sino poder espiritual, ser alguien en el mundo "espiritual". Todos queremos encontrar la iluminación, la felicidad; por eso decimos que al final lo lograremos. Pero el tiempo es el enemigo de la humanidad; tenemos que vivir el *ahora*. Si decimos «gradualmente lo lograré», nunca lo conseguiremos; no es más que una excusa.

La causa del conflicto genera desorden. En consecuencia, primero debemos poner nuestra casa en orden; no la casa físi-

ca, sino en el mundo psicológico, que es más complejo. Con *psicológico* me refiero al cerebro que guarda todo el contenido de nuestra conciencia: lo que piensa, lo que cree, sus aspiraciones, sus miedos, sus celos, sus antagonismos, sus placeres, su fe y su sufrimiento. Todo esto es el contenido de su ser, el centro mismo de su conciencia. *Eso* es lo que es, no alguna extraordinaria entidad espiritual que vive en la oscuridad, como algunos creen. Son lo que piensan, lo que creen, la fe que profesan, su ambición, su nombre, etc.; eso es lo que exactamente son. De momento, no abordaremos los aspectos físicos, porque cuando uno comprende profundamente la naturaleza psicológica y la estructura de uno mismo, entonces puede afrontar la actividad física de forma cuerda y racional.

Así es la condición humana que ha existido durante miles de años: seres humanos en luchas y conflictos constantes unos con otros. Algunas de las antiguas pinturas rupestres de las cavernas muestran al hombre luchando con otro hombre, luchando con los animales, lo que viene a ser lo mismo. Es simbólico; representa el conflicto perpetuo. Somos seres humanos y tal vez unos pocos pueden evitar el conflicto, unos pocos que han investigado profundamente esa cuestión y comprenden la naturaleza del condicionamiento y la condición humana.

Están aquellos filósofos de Occidente que afirman que la condición humana no se puede alterar, que solo puede modificarse. Dicen que estamos condenados a vivir en una prisión y que solo podemos hacer que esa prisión sea más agradable, más respetable, más conveniente. Sostienen que debemos soportar

esa condición humana, o sea, nuestra codicia, nuestros celos, nuestra búsqueda, nuestra carga, interminablemente. Los filósofos modernos afirman que las personas no pueden cambiar en absoluto, solo pueden modificar su brutalidad, su violencia, sus creencias, etc. Sin embargo, nosotros decimos de manera muy impersonal y muy rotunda que la condición humana sí puede cambiar, si tenemos la intención y observamos lo que somos con mucha claridad, sin ningún prejuicio, sin ninguna dirección, sin ningún motivo.

La condición humana se ha generado a lo largo de miles de años de experiencia, de diferentes accidentes, incidentes. La han generado el deseo de seguridad, el miedo, la constante búsqueda del placer y ese interminable sufrimiento. Como seres humanos, somos lo que hemos sido durante el último millón de años, más o menos; esa es nuestra condición. Y hemos creado la sociedad para que luego la sociedad nos controle a nosotros. Tratamos de echarle las culpas al entorno, a la educación, a los gobiernos, etc., pero nosotros mismos hemos creado todo este entorno, de manera que somos los responsables. Por eso es necesario que comprendamos nuestro condicionamiento, y nuestro condicionamiento es ser inglés, francés, sikh, pertenecer a una secta. Ese es nuestro condicionamiento.

¿Podemos observar nuestro condicionamiento con detenimiento y claridad? Si dice que no es posible liberarse del condicionamiento, se bloquea a sí mismo, crea su propia barrera. Si dice que es posible, también crea una barrera. Tanto lo positivo como lo negativo se convierte en una barrera. Pero si empie-

za a investigar, a mirar, a observar, entonces puede descubrir enormemente.

Así, debemos preguntar qué es observar, qué es mirar. ¿Cómo observarse a sí mismo? ¿Se observa queriendo ser monje, ermitaño, retirándose de la sociedad? ¿O uno se descubre a sí mismo en sus reacciones, en su relación con otro? ¿No es así? En su relación con su esposa, con su esposo, con su novia o lo que sea, cercana e íntima. En el espejo de la relación puede verse tal como es, ¿verdad?

¿Lo están haciendo o solo están de acuerdo con las palabras? Si puedo preguntarlo con mucho respeto, ¿están escuchando las palabras, escuchando su propia interpretación de las palabras, o ahora, aquí sentados, se observan en el espejo de su relación con su esposa, su esposo, su vecino? En esa relación ven sus reacciones, físicas y también psicológicas; así de simple. Se trata de empezar muy cerca para llegar muy lejos. Quieren llegar muy lejos, pero no empiezan cerca, en casa.

La relación es una de las cosas más fundamentales en la vida. La relación es una realidad. Uno no puede existir en soledad, solo. *Solo* significa "todo uno", pero nosotros no empleamos la palabra en este sentido. Uno es solitario y permanece solitario. Cree que es un individuo y que trata a otro como un individuo, pero son dos entidades separadas intentando establecer una relación entre dos imágenes.

Estamos tratando de descubrir una forma de vivir, un vivir diario libre de conflicto. Y para comprender esa forma de vivir debemos poner fin al conflicto, primero en nosotros, lue-

go en la sociedad, etc.; observarnos, examinarnos a nosotros mismos. Así, debemos comprender el significado de la palabra *observar*. ¿Han observado alguna vez algo sin ningún motivo, sin la palabra, sin una dirección, solo observar? ¿Han observado alguna vez el océano, los pájaros, la belleza del mundo, solo observarlo sin decir las palabras «¡Qué hermoso!»? ¿Han observado alguna vez a su esposa, a sus hijos, si tienen hijos? ¿O los observan como si les pertenecieran, con toda esa autoridad de un padre? ¿Han observado alguna vez a Venus, a la tenue luna nueva, sin la palabra? Cuando uno observa, empieza a descubrir sus reacciones, primero las reacciones sensoriales físicas y después las reacciones psicológicas.

Eso parece muy simple, pero nuestros cerebros se han vuelto tan complejos que aborrecen todo lo simple. Queremos hacerlo todo complicado, teórico. Debemos empezar por lo muy simple y lo muy cercano, lo cual es uno mismo y su relación. Eso es lo único que tenemos, no los templos, las creencias o la ropa que llevamos; somos seres humanos. No podemos existir sin relación; es lo más importante en la vida. Y en esa relación, que se basa en la creación de imágenes, usted tiene una imagen de ella y ella tiene una imagen de usted, porque han vivido juntos durante veinte años, diez días o un solo día. Ya han creado una imagen, y estas *imágenes* son las que se relacionan entre sí. Si estoy casado, vivo junto con mi esposa, tenemos sexo, ella me fastidia, yo la acoso, la poseo y a ella le gusta. De modo que me formo una imagen de ella y ella de mí, y nuestra relación se basa en estas imágenes. Cuando existen imágenes creadas por

el pensamiento, por diferentes experiencias e incidentes que el pensamiento interpreta y retiene en la memoria, ¿cómo puede haber amor? Puede que diga que ama a su Dios, pero no lo hace; puede que ame las escrituras porque tiene miedo y quiere estar a salvo. Sin embargo, donde hay miedo no puede haber amor.

Por tanto, surge la cuestión de si es posible no crear imágenes. Uno tiene una imagen de sí mismo. Mucha gente tiene imágenes, pero la imagen más íntima es aquella entre uno y su esposa o novia, o entre uno y su esposo. *Ahí* está la raíz del conflicto y es *ahí* donde se debe poner orden. Pero uno no puede poner orden ahí; lo único que puede hacer es eliminar el desorden, y entonces aparece el orden. Si elimina la confusión de su cerebro, surge la claridad.

En la relación, el conflicto surge del pensamiento; el pensamiento es el responsable de las imágenes que uno tiene de sí mismo y de los demás. ¿Por qué el pensamiento se ha vuelto tan importante en el mundo entero? El pensamiento ha dividido el mundo en Oriente y Occidente, pero no existe el pensamiento oriental u occidental; solo existe pensamiento condicionado por el clima, la comida, la religión, etc.; solo existe pensamiento.

El pensamiento es la raíz del conflicto. El pensamiento ha creado el desorden en el mundo dividiendo a la gente en nacionalidades y religiones. El pensamiento ha dividido el mundo y se ha refugiado en su psiquis. El pensamiento ha creado las maravillosas catedrales, los maravillosos templos, las mezquitas, las grandes arquitecturas y el más grande mecanismo de destrucción, la bomba atómica. El pensamiento también ha creado

todo lo que hay dentro de las catedrales, de los templos, de las mezquitas, de los lugares llamados de culto. El pensamiento ha inventado todo esto. El pensamiento crea una imagen y luego adora esa imagen.

Así que el pensamiento, el pensar, es la raíz del conflicto. ¿Qué podemos hacer sin pensamiento? Sin pensamiento no puede hacer nada; necesita el pensamiento, utiliza el pensamiento para moverse, para hablar. Si es científico, tiene que utilizar el pensamiento; si es un hombre de negocios, tiene que utilizar el pensamiento. Puede utilizar el pensamiento erróneamente, pero el pensamiento no es oriental u occidental; es pensamiento. Tanto si el pensamiento es de alguna autoridad como si es suyo, sigue siendo pensamiento.

El pensamiento ha creado las cosas más extraordinarias del mundo, en el campo de la salud, de la cirugía y la medicina. El pensamiento también ha creado la bomba atómica y los instrumentos de guerra. El pensamiento ha dividido a la gente en cristianos, hindúes, budistas, sikhs. Todos los libros sagrados han sido escritos por el pensamiento; no existe nada sagrado en estos libros; puede que diga que son una revelación, pero sigue siendo la actividad del pensamiento. Por eso debemos comprender qué es el pensamiento, qué es pensar.

Juntos vamos a investigarlo, a examinarlo, de modo que deben compartir, deben participar en la investigación.

Y bien, ¿qué es el pensamiento? ¿Es el pensamiento limitado? Se preguntarán por qué el pensamiento es limitado después de haber creado todo esto, de crear la sociedad en la que

vivimos, de crear los ideales tradicionales. El pensamiento es limitado porque toda experiencia es limitada, ya sea la experiencia del nirvana, del paraíso, de sentarse a la diestra de Dios o de algún logro. La experiencia es limitada, ya sea una experiencia científica, física o psicológica, y debido a que es limitada el conocimiento también es limitado. Un científico nunca dice que el conocimiento es completo. Si observa la historia, el proceso de la ciencia, desde la antigua hasta la moderna, ha consistido en acumular conocimiento día tras día, basado en la experiencia, pero la experiencia y el conocimiento son limitados. El conocimiento se almacena en el cerebro como memoria y entonces la memoria responde en forma de pensamiento, pero el pensamiento siempre es limitado, y lo limitado debe inevitablemente crear conflicto.

Si uno se pasa el día pensando en sí mismo, cosa que la mayoría hacemos, en si está progresando, si es bueno, si tiene buen aspecto, si está logrando esto o aquello, eso es egocentrismo. Pensar en uno mismo es muy limitado, ¿verdad? No se avergüencen de ser limitados; es un hecho. Y el pensamiento crea esa limitación, porque todo el día está pensando en sus negocios, en su ciencia, en su filosofía. Siempre pensamos desde un centro, y esa actividad egocéntrica, egoísta, es limitada; por tanto, hace estragos, crea enorme conflicto en el mundo.

Así, uno se pregunta si existe otro instrumento que no sea el pensamiento. Uno ha investigado la cuestión del pensar y ha visto todo el problema, ha visto que es muy limitado. Por un lado genera guerras y por otro busca seguridad. Pero la

guerra destruye la seguridad, rendir culto destruye la seguridad del mundo, y el pensamiento es el responsable de todo esto porque es limitado. Cuando uno se da cuenta de que eso es real, de que no es una idea sino una realidad, entonces está obligado a preguntar si existe otro instrumento que no sea el pensamiento. ¿Existe otra cualidad del cerebro? ¿Existe otra cualidad que descubra un instrumento que no es el pensamiento? Para descubrir si hay un instrumento totalmente diferente aparte del pensamiento, uno debe tener muy clara la naturaleza y la estructura del pensamiento, su responsabilidad, su uso, ver su limitación, reconocer su limitación y salirse de esas limitaciones. Entonces uno puede empezar a preguntarse si existe un instrumento totalmente diferente que no esté contaminado por el pensamiento.

Nueva Delhi, India
6 de noviembre de 1983

2. Dónde encontrar la paz

La palabra *hecho* significa aquello que sucedió y luego se recuerda posteriormente. Lo que se recuerda no es el hecho, aunque lo que haya sucedido en el pasado es un hecho, lo que sucede ahora también es un hecho. El futuro no es el hecho, es una esperanza, una idea, un concepto. El hecho real es lo que está sucediendo y lo sucedido. Juntos vamos a tratar solo con hechos y no con conceptos, ideas o especulaciones, por más filosóficas e interesantes que sean. Juntos vamos a considerar el hecho de lo que somos, el hecho de lo que está sucediendo en el mundo que nos rodea, y en el hecho de que la mayoría solo nos interesamos por nosotros mismos.

¿Es posible realmente vivir en paz? En el mundo no hay paz, lo que hay es caos, desorden, enorme peligro, terrorismo y amenazas de guerra, todo lo cual es un hecho. Cada día de nuestra vida la vivimos con toda esta confusión, con todo el esfuerzo que la gente tiene que hacer, con todos los problemas que debemos afrontar. Los políticos hablan de paz, la jerarquía de la Iglesia católica habla de paz, igual que lo hacen los

hindúes, los budistas y los musulmanes, pero el hecho es que no hay paz. Necesitamos paz para poder crecer, florecer, comprender, tener tiempo para mirar alrededor, para explorar en nosotros mismos y ver lo que podemos encontrar ahí dentro. La paz no es la "libertad de algo", ni la libertad entre dos guerras, entre dos peleas, entre dos problemas, ni tampoco es paz esa sensación física de relajación. La paz es algo mucho más fundamental, mucho más profundo que la libertad física que uno puede tener o puede pensar que tiene.

¿Es posible vivir en paz interna, psicológica o externa? Posiblemente deseemos la paz y veamos su necesidad, pero no vivimos una vida pacífica. El mundo se prepara para la guerra; las ideologías se enfrentan unas a otras sin tener en cuenta a los seres humanos, tan solo pretenden ampliar su poder. Así pues, no podemos esperar la paz de los políticos o de los gobiernos. Esto es un hecho. Las religiones han contribuido a las guerras. Han torturado, condenado, excomulgado, quemado, y al minuto siguiente hablan de paz. Probablemente solo los antiguos budistas e hindúes aceptaron la máxima "no matarás", pero también mataron. Aquellas religiones que se basan en los libros se vuelven fanáticas, fundamentalistas, terroristas del mundo.

En consecuencia, ¿dónde podemos encontrar la paz? Porque si no tenemos paz seremos como animales, nos destruiremos unos a otros, destruiremos el mundo, los océanos y el aire. Ninguno de los grupos que dicen buscar la paz ha dado al ser humano, a usted y a mí, la paz. Y bien, ¿dónde la encontrare-

mos? Sin tener cubierta esa necesidad fundamental es imposible comprender cosas más grandes de la vida.

Investiguemos y descubramos por nosotros mismos, como seres humanos, si puede haber paz en el mundo y en nosotros mismos, sin guías, sin líderes, sin sacerdotes, sin psicólogos, porque todos ellos han fallado. ¿Puede hacer paz en el mundo y en nosotros? En primer lugar, ¿es posible tener paz en uno mismo?

La palabra *paz* es algo complicada. Uno puede darle diferentes significados según su humor, sus propios conceptos, ya sean intelectuales, románticos o emocionales, podemos otorgarle distintos significados. ¿Es posible no darle ningún significado, sino comprender la palabra, su significado y su profundidad? La paz no tan solo es la "libertad de algo", ni la paz de la mente o la paz física, sino terminar con todo conflicto. Esa es la verdadera paz, no solo para uno mismo, sino para los demás, para el mundo, para el entorno, para la ecología. Es tener una paz profundamente arraigada, inquebrantable, no superficial, no algo pasajero, sino una paz profunda y eterna.

Hemos buscado la paz a través de la meditación. En todo el mundo, ese ha sido uno de los objetivos de la meditación; pero la meditación no es buscar la paz, la meditación es algo muy diferente.

Y bien, ¿qué es la paz y cómo podemos establecer una base de modo que edifiquemos sobre ella, psicológicamente hablando? Si juntos somos capaces de hablar de paz sin influencias, prejuicios, conclusiones o ideas, entonces podemos investigar-

lo; pero si tenemos opiniones de lo que es la paz o de lo que debe ser, en ese caso no será posible investigar. Las opiniones carecen de valor, aunque todo el mundo se mueva con opiniones. Las opiniones son limitadas: su opinión, mi opinión, la opinión de los totalitarios, de los religiosos, de los gobiernos, todas son limitadas. Las propias opiniones y juicios de valor, todos son limitados. Cuando desde la mañana hasta la noche piensa en sí mismo, como hace la mayoría de la gente, eso es limitado. Si dice que es suizo o si está orgulloso de ser inglés porque son los elegidos de Dios, eso es limitado. No cabe duda de que las opiniones son limitadas.

Cuando vemos eso con claridad, entonces no se aferra a sus opiniones o a los valores que esas opiniones han creado, porque sus opiniones en contra de las opiniones de otro no traen la paz. Eso es lo que sucede en el mundo, una ideología contra otra ideología: comunista, socialista o la que sea. De modo que, por favor, comprendan que si se aferran a sus opiniones y yo a la mía nunca nos encontraremos. Debemos estar libres de opiniones y valores para no quedar atrapados en nuestras opiniones y utilizarlas como hachas para golpear al otro, para matarnos unos a otros. Las opiniones son limitadas y, por tanto, es inevitable que creen conflicto. Cuando uno se aferra a sus conclusiones limitadas y otro se aferra a sus conclusiones y experiencias limitadas, entonces debe haber conflicto, guerras y destrucción.

Si vemos eso con mucha claridad, entonces las opiniones se vuelven muy superficiales, pierden su valor. No tengan opiniones, sean libres para investigar y dejen que esa investigación actúe. La

misma investigación *es* acción; no se trata de investigar primero y luego actuar, sino que en el proceso de investigar uno *actúa*.

Debe haber libertad, esa es la base de la paz. Debe haber libertad de todos los valores de las opiniones, de forma que juntos podamos ver que no tenemos paz, no teóricamente sino de verdad. Lo cual es una exigencia descomunal, porque vivimos de opiniones. Todos los periódicos, las revistas, los libros se basan en opiniones. Si alguien dice algo y uno está de acuerdo, eso también es una opinión. Otro lee un libro y se forma una opinión. Para descubrir el verdadero significado de la paz, su profundidad, su belleza y cualidad, no debe haber influencias. Como es obvio, esa es la primera exigencia, y no tener fe en la paz o convertir la paz en la meta de su vida para vivir pacíficamente, ni buscar lo que es la paz en los libros, en los demás. Debe investigar muy seriamente si todo su ser puede vivir en paz.

La acción no está separada de la percepción. Cuando ve algo verdadero, esa misma percepción es acción. No se trata de percibir o comprender y *luego* actuar; eso es tener un concepto intelectual y posteriormente actuar en base a ese concepto. Ver *es* actuar. Ver que el mundo está fragmentado por el tribalismo: el inglés, el alemán, el suizo, el hindú, el budista, todo son tribus. Ver el hecho de que somos tribus glorificadas como naciones, y ese tribalismo hace estragos y genera guerras en todo el mundo. Cada tribu piensa en su propia cultura como opuesta a otra cultura, pero la raíz es el tribalismo y no la cultura. Observar ese hecho es la acción que libera el cerebro de la condición del tribalismo. Se trata de ver realmente el hecho de que el tribalis-

mo glorificado como nación es una de las causas de la guerra, verlo de verdad y no teórica o ideológicamente. Eso es un hecho. Existen otras causas de la guerra, la economía, etc., pero una de las causas es el tribalismo. Cuando uno se da cuenta, cuando lo percibe y ve que eso no puede traer la paz, esa misma percepción libera el cerebro de su condicionamiento tribal.

La religión es uno de los factores de discordia en el mundo. Usted es católico y yo musulmán, lo cual se basa en ideas, en propaganda de cientos o miles de años; el hindú y el budista son ideas milenarias. Hemos sido programados como las computadoras. Ese programa ha producido grandes arquitecturas, grandes pinturas, grandes músicas, pero no ha traído la paz a la humanidad. Cuando uno ve eso como un hecho, deja de pertenecer a cualquier religión. Si hay media docena de gurús en un mismo lugar generan desdicha, contradicción, conflicto: «Mi gurú es mejor que el suyo; mi grupo es más venerado que el suyo; me he iniciado y usted no». Ya conocen todo este circo. Así pues, cuando uno ve todo esto a su alrededor como un hecho real, entonces deja de pertenecer a un grupo, a un gurú, a una religión, a un compromiso político de ideas. En esa seria urgencia de vivir en paz, uno debe estar libre de todo esto porque son causas de discrepancia y de división. La verdad no es suya ni mía, no pertenece a ninguna iglesia, a ningún gurú, a ninguna religión. El cerebro debe estar libre para descubrir, y la paz tan solo puede existir cuando hay libertad de toda falacia.

Para la mayoría de nosotros, ser drástico con las cosas es muy difícil porque encontramos seguridad en las cosas ilusorias, en

las cosas que no son hechos, por eso resulta tan difícil soltarlas. No se trata de ejercitar la voluntad o de tomar una decisión: «No perteneceré a nada», eso es otra falacia. Estamos comprometidos con un determinado grupo, con alguna idea, con algún charlatán religioso, porque creemos que eso nos brinda cierta seguridad. Pero no hay seguridad en todas estas cosas, porque no traen la paz. El cerebro necesita seguridad; pero el cerebro, que es pensamiento, busca seguridad en las cosas que son ilusorias.

¿Podemos estar libres de todo esto? ¿Son lo suficiente serios para querer, para anhelar, para comprometerse a vivir en paz? Nos estamos preguntado el uno al otro si es posible vivir pacíficamente a lo largo de toda la vida; no solo en determinados momentos, no solo cuando uno no tiene nada que hacer y se queda absorto viendo la televisión, sino que nos preguntamos si es posible vivir sin ningún conflicto, sin el más mínimo problema. No decimos que no hayan problemas, porque los hay. Pero estos problemas no se solucionan porque *nosotros* somos los que creamos estos problemas.

Es importante descubrir por uno mismo cómo actúa nuestro propio cerebro y no depender de lo que digan los expertos, los profesionales o los científicos. El único instrumento que tenemos es el cerebro con su pensamiento, y ese cerebro con su pensamiento nunca traerá la paz al mundo o a uno mismo. Eso de nuevo es un hecho. Ese instrumento, el pensamiento, ha llegado al límite de su extensión.

Ahora bien, ¿dónde debemos explorar? Para explorar, debemos tener muy claro quién explora y qué exploramos. Si

exploro qué es la paz, eso quiere decir que estoy separado de la cosa que exploro, por consiguiente, existe una división; y si en esa misma investigación hay división, debe haber conflicto. No se trata de un juego intelectual, sino más bien de un intento de descubrir la profundidad de la paz y su tremendo significado, sus ramificaciones, su expansión. Tan solo podemos descubrirlo si desde buen principio comprendemos que el explorador es lo explorado; el explorador no es diferente de eso que ella o él explora.

Para la mayoría resulta difícil aceptar eso, tanto intelectual como de hecho, porque nuestro condicionamiento es muy fuerte. Esa división existe desde la infancia, la división entre el observador y lo observado, el examinador y lo examinado, el investigador que cree que está separado de aquello que investiga. Este es nuestro condicionamiento, es así, es un hecho. Vivimos en continuo conflicto porque existe esa división entre el católico, el protestante, el budista, el musulmán o el judío, y mientras exista esa división, interna o externa, debe haber conflicto. Si quiere vivir en conflicto, es asunto suyo, disfrute de los buenos momentos y del dolor que conlleva. Pero si quiere descubrir cómo vivir pacíficamente, debe comprender el hecho básico de que el explorador se explora a sí mismo, no explora algo separado de sí mismo. El explorador explora su propia estructura, sus propias actividades, los movimientos de su pensamiento, sus propios recuerdos; el explorador es todo esto.

Uno se pregunta si alguna vez han observado que son el movimiento de la memoria. La memoria es la facultad de recordar,

la facultad del tiempo: es la continuidad de un incidente que sucedió hace cincuenta años o ayer; ese incidente ya pasó, pero la memoria es la capacidad de recordar ese incidente. Nosotros vivimos en la memoria, en ese movimiento cambiante, de reacciones que se moldea constantemente a sí mismo; somos eso. Pensamos que el progreso es expandirse, tener continuidad, acumular más información, como una computadora.

La memoria es la facultad de recordar cosas del pasado, que pueden ser necesarias en el mundo de la tecnología, en el mundo físico. Si descubrimos que somos un movimiento en el tiempo, que es el movimiento de la memoria, ¿está la paz en la memoria? Uno puede recordar los días, las noches o las mañanas en las que vio la extraordinaria profundidad y belleza de la paz. Ese momento de percepción, de darse cuenta ya pasó, pero uno lo recuerda. El recuerdo no es el hecho, por tanto, vivimos de recuerdos de aquello que murió, que sucedió, que terminó. Por favor, no es algo deprimente o absurdo que de nuevo le demos la espalda; observen qué hace la memoria en nosotros. La memoria es nuestra programación como hindú con todo el sinsentido que tiene; pensar que nuestra cultura es mejor que cualquier otra cultura porque tiene tres mil años o más de antigüedad, eso nos hace sentir muy orgullosos, porque la historia de otro es más reciente. Ustedes están condicionados igual que quien les habla, si es que él está condicionado. El condicionamiento es memoria, no es un hecho. Yo me aferro a mis recuerdos, que son cosas muertas, y ustedes se aferran a sus recuerdos como cristianos, hindúes, árabes, suizos, etc.

La memoria es necesaria. Sin ella no podemos movernos, la necesitamos para conducir un auto. Si pertenece al mundo tecnológico, debe tener una memoria muy eficiente, de lo contario perderá su trabajo. Pero nosotros estamos hablando de recordar experiencias psicológicas, agradables o desagradables, dolorosas o placenteras. Estos recuerdos son el factor condicionante. Por favor, observen ese hecho, no mi explicación del hecho. Una de nuestras dificultades es que preferimos las explicaciones antes que los hechos; aceptamos las explicaciones, la lógica, las razones de los periodistas, etc., y explicamos por qué algunos gobiernos actúan como lo hacen. La descripción no es el hecho; pintar una montaña, por más hermoso que sea el cuadro, no es la montaña. Todas aquellas pinturas de los museos, algunas de ellas son realmente maravillosas, no son lo que representan. Una novela con todo lo imaginado, el romanticismo, el sexo, etc., y que puede haber sido escrita por un autor reconocido y excelente, no es su vida; su vida está aquí. Por eso debemos descubrir cómo vivir en paz, pero no desde un método o sistema.

Investigando un poco más, ¿cuál es la causa del conflicto que todos padecemos? ¿Cuál es su raíz? ¿Cuál es la raíz de todos los problemas, ya sea el problema de la meditación, de la relación, de la política o de la religión? La raíz etimológica de esa palabra es algo que se nos impone, que nos arrojan. Si respondemos a esa cosa llamada "problema" desde los recuerdos, esos recuerdos no solucionarán el problema porque no son algo vivo, están muertos. ¡Entienden el significado de esto! Vivimos

con cosas muertas. Pongo un retrato de mi hijo, de mi hermano, de mi tío, de mi abuelo en la repisa de la chimenea, pero esa persona ha muerto, se ha ido, nunca regresará; físicamente se fue, quemamos o incineramos su cuerpo. Sin embargo, tengo ese retrato, el constante recuerdo de la persona que se fue, y mantengo el recuerdo romántico e ilusorio de esa relación. En consecuencia, mi cerebro nunca tiene claridad, siempre opera en el campo de los recuerdos. Y para vivir con esa sensación de enorme abundancia, para poder florecer, tener paz, debe haber libertad del pasado, lo cual es memoria; no se trata de la libertad de la memoria de cómo regresar a casa o cómo hablar un idioma, sino de la del cerebro que retiene cosas muertas y las utiliza como recuerdos.

¿Cuál es la función del cerebro? Investíguenlo cuerdamente por sí mismos, no de forma teórica ni egocéntrica, porque si es egoísta y lo investiga, seguirá condicionando el cerebro a ser egoísta. Y bien, ¿cuál es la función del cerebro? Podemos ver que una de sus funciones más importantes es vivir en el mundo físico, organizar el mundo físico, no obstante, el mismo cerebro ha creado caos en el mundo. La actividad del cerebro es la raíz y el principio del pensamiento, ese es el instrumento con el que actuamos; esa es la función más importante del cerebro, y esa función ha creado enorme confusión y desorden en el mundo. Ese mismo cerebro también ha creado el bienestar, las comunicaciones, la medicina y la cirugía. Para comunicarse de la India a California se puede hacer en pocos minutos; por supuesto, no es tan rápido como el pensamiento, pero la tecnología está

avanzando a gran velocidad. Esa misma tecnología también crea estragos en el mundo, como la computadora, como la bomba atómica. Las dos grandes potencias, no sé por qué las llaman grandes potencias, son dos potencias tontas, hablan de matarnos unos a otros con la última bomba. Eso es lo que el pensamiento ha hecho con una de las facultades del cerebro.

El pensamiento también ha creado las maravillosas, las magníficas catedrales y todas las cosas que hay en sus interiores, no existe nada divino ni misterioso ahí. Todos los atuendos y la parafernalia de los sacerdotes son producto del pensamiento copiado de los antiguos egipcios, etc. Observen lo que el pensamiento hace en el mundo. Nosotros, nuestro cerebro que ha evolucionado durante el tiempo, generación tras generación, ha hecho todo esto, ¡ha creado y destruido!; y aceptamos esa forma de vivir. Nunca nos retamos a nosotros mismos para descubrir por qué vivimos como lo hacemos en este caótico mundo externo e interno. Nunca nos damos cuenta de que para tener orden en el mundo externo debe haber orden interno, dentro de nosotros. Lo más importante es limpiar primero nuestra propia casa, no el mundo que nos rodea. Ciertas cosas son necesarias, como organizarnos para no matar ballenas, para proteger la naturaleza y que los gobiernos no la destruyan, ¡buscar más y más petróleo!; todo somos responsables.

Así pues, ¿cuál es la función fundamental y verdadera del cerebro? Háganse esa pregunta. Si se hacen esa pregunta, no dependerán de lo que digan los demás, de sus ideas, suposiciones o teorías, sino que empezarán a investigar muy seria-

mente esa actividad importantísima y esencial de ¿qué hace, qué quiere el cerebro? ¿Solo sobrevivir y vivir en perpetuo conflicto, división y discordia? ¿No es esa una acción y una función dentro del propio condicionamiento? ¿Es vivir constantemente en alguna clase de ilusión y, por tanto, siempre con cierta neurosis, desequilibrado, como hace la mayoría? Si no se trata de ninguna de estas cosas, y es obvio que no, ¿cuál es su función entonces?

Por favor, se están haciendo estas preguntas a sí mismos. ¿Quieren realmente descubrir cuál es la función del cerebro y si el cerebro es diferente de la mente o si ambos son lo mismo? Cuando el cerebro está del todo descondicionado, por completo, entonces la mente puede actuar en el cerebro. Uno debe tener muy claro que forzosamente las actividades físicas existen, la tecnología, el ganarse la vida, etc.; esa es una de sus actividades principales. Pero si la otra actividad es contraria a esto, entonces hay un constante desequilibrio.

Lo primero es descubrir si el cerebro puede descondicionarse. Hace dos meses, en Nueva York, estuvimos discutiendo si las células cerebrales, que están condicionadas, pueden generar una mutación en sí mismas, no genéticamente, sino en el mismo vivir. ¿Puede haber una mutación de las células cerebrales en el diario vivir? Si esto no puede ser, estamos condenados a vivir siempre condicionados; por tanto, a vivir en perpetuo conflicto y sin ninguna posibilidad de paz.

Saanen, Suiza, 10 de julio de 1983

3. El pensamiento y el conocimiento son limitados

Debemos mirar el mundo tal como es, todo el mundo, no una parte concreta del mundo o un grupo en particular. Por el momento, no nos preocupemos por nuestros problemas personales, los muchos que tenemos, sino que miremos la totalidad del mundo, toda esa Tierra donde los seres humanos vivimos.

Hemos fragmentado ese mundo en el que vivimos en diferentes divisiones lingüísticas, nacionalistas, patriotas y religiosas. Está la religión budista, la hindú, la tibetana, la musulmana, la cristiana, y también la reciente religión comunista, la marxista. En algunas partes del mundo existen estados totalitarios en los que se coarta la libertad de pensar o hacer lo que uno quiera. Hay guerras en diferentes lugares del mundo, los seres humanos se matan unos a otros por unos ideales, nacionalismos o divisiones raciales. Los seres humanos mueren masacrados por la última arma mortífera.

No estamos juzgando o mirando todo esto parcialmente y con prejuicios; sino que juntos lo estamos mirando para des-

cubrir por nosotros mismos por qué sucede, por qué hay tanta desdicha en el mundo, tanta confusión, tanta inseguridad. Cada vez es más peligroso vivir en este mundo.

Existen muchas instituciones, fundaciones, organizaciones, pequeños grupos con sus líderes, sus gurús y sus absurdidades; hay toda clase de amenazas. Cada grupo, cada comunidad está separada de las demás. Esto es lo que sucede en todos los lugares del mundo, y más en esta parte donde todos quieren hacer lo que les place, realizarse, expresarse, reafirmarse.

Cuando uno mira objetivamente, libre de toda influencia, todo el terror, el sufrimiento, la incompetente gestión de los gobiernos, esa acumulación de armamento que hace cada país, cabe preguntarse quién es el responsable de este problema humano, de esta enorme crisis. Es fácil decir que es el entorno, la sociedad, la mala administración, etc., pero ¿podemos mirar todo esto no como americanos, hindúes o un grupo en particular, sino seriamente, objetivamente para descubrir juntos quién es el responsable de todas estas cosas tan terribles que suceden, sin depender de lo que digan los demás, sin que nos instruyan o nos informen? Nuestra sociedad es corrupta, inmoral, agresiva, destructiva. La sociedad ha evolucionado desde tiempos primitivos, o se ha modificado durante miles y miles, sin embargo, sigue repitiendo el mismo patrón. Esto es un hecho, no es una opinión o un juicio. Al afrontar esta enorme crisis, uno no solo se pregunta qué debe hacer, sino quién es el responsable, quién ha creado este caos, esta confusión, esta enorme desdicha en la humanidad.

¿Es el responsable la crisis económica, la crisis social, la guerra, la tremenda producción de armamento, el terrible despilfarro externo? En lo interno, en lo psicológico también estamos confundidos, en constante conflicto, lucha, dolor y ansiedad. Así que juntos emprenderemos un viaje para investigar toda esa estructura que la humanidad ha creado, el desorden que los seres humanos han generado en el mundo. En lo externo, en la sociedad, hay desdicha, caos, confusión; y también en lo interno, en lo psicológico, en la psiquis, en la conciencia hay dolor y lucha.

Bien, ¿qué harán al respecto? ¿Recurrirán a los líderes, a mejores políticos? «Este no es bueno, pero el siguiente será mejor, y el siguiente todavía mejor»; repetimos ese juego constantemente. Hemos acudido a varios de los llamamos líderes espirituales, a toda la jerarquía del mundo cristiano, pero ellos están tan confundidos e inseguros como nosotros. Si acuden a los psicólogos o a los psicoterapeutas, también ellos están tan confundidos como nosotros. Y están todas las ideologías: la comunista, la marxista, las filosóficas, la de los hindúes, la de aquellos que han traído aquí el hinduismo, y la propia que cada uno tiene. El mundo entero está fragmentado, dividido, y nosotros también estamos divididos, presionados por diferentes demandas, reacciones, cada uno queriendo ser importante, cada uno actuando por interés propio. Eso es lo que de hecho está sucediendo en el mundo, vaya donde vaya. Desde la aldea más pobre de la India hasta la gente más sofisticada de Occidente, es la misma cosa, los mismos problemas. Hay pobreza, hambre,

el hombre contra el hombre, una ideología contra otra; esto es un hecho real.

¿Qué haremos al respecto? ¿Somos responsables, cada uno de nosotros? Por favor, háganse esa pregunta a sí mismos.

¿Buscan a alguien que les instruya, que les guíe, que les diga lo que deben hacer? Hay personas que hacen eso, pero durante siglos los llamados líderes espirituales, los llamados gobernantes no han creado un mundo diferente. Entonces, ¿dónde buscará? Los líderes son iguales que sus seguidores, y los diferentes gurús son iguales que sus discípulos. Todos los líderes del mundo han fracasado, no solo los de la presente generación, sino los de pasadas generaciones. Los líderes no les ayudarán, los gobernantes de todo el mundo no crearán una sociedad diferente, no pondrán fin a las guerras. Luego, ¿qué hará? Los sacerdotes han fracasado, las organizaciones y las instituciones han perdido su sentido. Las fundaciones, los pequeños grupos, las pequeñas reuniones convincentes no ayudarán a que se produzca un cambio en la humanidad. La gente no cambia, a pesar de que hemos evolucionado desde el animal hasta el presente llamado ser humano civilizado. Después de esta larga evolución psicológica seguimos siendo primitivos; esto es un hecho. Por tanto, ¿dónde buscaremos ayuda? ¿Puede alguien ayudarnos?

Nos han entrenado, educado para escapar de todos estos problemas, para buscar confort y las respuestas de otros. Los libros religiosos no pueden responder esta pregunta; nadie en la tierra o en el cielo nos puede ayudar. Pueden rezar, pero eso a lo que rezan es una creación de su propio pensamiento. Uno

se pregunta si realmente afrontan este hecho. Dios es una invención del pensamiento, del hombre; una invención que surge de sus miedos, de sus ansiedades, de sus deseos de confort, y de buscar a alguien que le ayude. El pensamiento ha creado esa entidad que llama "Dios". Eso es un hecho.

Todos y cada uno somos responsables de todo esto, de cualquier guerra que surja en el mundo, porque nosotros mismos estamos divididos, fragmentados, somos nacionalistas, patrióticos; queremos realizarnos rápidamente; los psicoanalistas nos animan a realizar cualquier deseo que tengamos. Mientras seamos violentos, mientras estemos en desorden, mientras tratemos de realizar nuestra propia y particular demanda de competitividad, de agresividad, de crueldad, de enojo, de violencia, seremos todos responsables. Mientras seamos así, nuestra sociedad seguirá como es; nosotros hemos creado esta sociedad, nadie más.

Si uno no es demasiado egocéntrico, si no está demasiado preocupado por sus pequeños problemas, deseos, placeres, y se da cuenta, no solo intelectualmente sino que observa las cosas que suceden, debe interesarse enormemente en sí mismo, pero también en sus hijos, en el futuro. ¿Cuál es el futuro de la humanidad? Debe hacerse esta pregunta tan fundamental, no hacerla a otro, sino a sí mismo. ¿Cómo empezó todo esto? Y, ¿qué podemos hacer, cada uno de nosotros? ¿Cómo actuamos al afrontar la crisis externa y la interna?

Para descubrirlo debemos tener libertad para mirar, estar libre de toda influencia, de todo condicionamiento. La palabra *con-*

cluir significa "terminar, resolver". Concluir con la paz significa poner fin a la guerra; concluir un argumento significa terminar con ese argumento. Por tanto, sin conclusiones, sin influencias, si miramos todo esto, ¿es el pensamiento el responsable?

El pensamiento ha creado el extraordinario mundo de la tecnología, los inventos, las comunicaciones, la sutileza de la cirugía, la medicina; esto es un hecho. El pensamiento también ha creado las divisiones nacionales y la esperanza de encontrar seguridad en estas divisiones. Si uno cree en cierta clase de ideología religiosa, eso de nuevo es una actividad del pensamiento. En el mundo no solo existen las divisiones políticas, las divisiones religiosas, sino que también están las maravillosas arquitecturas, las grandes catedrales, las pequeñas iglesias, y todas las cosas de las iglesias y catedrales, de los templos y de las mezquitas del mundo entero, todas son producto del pensamiento. Los rituales, las ceremonias, las vestiduras de los sacerdotes, todo eso es producto del pensamiento.

Somos pensamiento, ¿verdad? Somos memoria, recuerdos; con nuestras tendencias personales somos el pasado, que es la acumulación de experiencias y conocimientos. Es un hecho muy simple, somos recuerdos sutiles, sublimados, deformados, un pensamiento reprimiendo a otro pensamiento. El pensamiento es por completo responsable de todas las cosas que suceden en el mundo.

Por favor, examínenlo; no lo nieguen o digan que es correcto o incorrecto, mírenlo. Tengan la paciencia, el valor, y la suficiente seriedad para mirarlo. Es muy fácil decir sí o no, pero se

trata de ver realmente la verdad de que su creencia es la actividad del pensamiento; su relación con los demás es el recuerdo del pensamiento. Así pues, básicamente, uno es un conjunto de recuerdos, puede que no le guste este hecho, puede que lo rechace, pero es un hecho. Si no tuvieran ninguna clase de memoria, estarían en un estado de amnesia, en un estado de total vacuidad, vaguedad, ambigüedad. Resulta difícil aceptarlo.

Luego, el pensamiento es responsable de la religión, de la política, de la división personal y racial, de las guerras entre judíos y árabes, entre distintos grupos religiosos, todo es el resultado del pensamiento. Observe ese hecho, esa verdad. No se trata de una superstición, de alguna idea exótica que nos imponen. Cuando uno ve la verdad de ello, objetivamente, impersonalmente, sin ninguna influencia, entonces surge la pregunta: ¿puede el pensamiento darse cuenta de sí mismo?

Si es un hecho, y lo es, que el pensamiento ha creado este desorden en el mundo, ¿quién, entonces, pondrá orden en el mundo o en uno mismo? Dejando a parte la naturaleza, el mundo interno es el resultado de *nuestra* actividad; la actividad del pensamiento ha generado el desorden en nosotros y, en consecuencia, la sociedad está en desorden. A menos que pongamos orden en nuestra propia casa, no habrá orden en la sociedad, en nuestras relaciones. ¡Eso es un hecho!

Hemos creado una separación entre el pensador y el pensamiento. ¿Han observado cómo el pensador siempre corrige el pensamiento, lo controla, lo niega, lo dirige, lo encierra en un molde: eso está bien, aquello está mal, esto debería ser así,

aquello no debería ser? Creemos que el pensador está separado del pensamiento. Por tanto, se crea una división entre ambos, eso está claro. Existe una división entre el pensador, que es el pasado, y el pensamiento actuando en el presente. Esa es la base de la fragmentación en nosotros.

Estamos preguntado por qué existe esta división en los seres humanos, en lo interno, en lo psicológico, al igual que existe la separación y la división en el mundo. ¿Por qué esa fragmentación en los seres humanos: cristianos, judíos, etc.? ¿Cuál es la raíz de esa fragmentación? La raíz de esa fragmentación es la división entre el pensador y el pensamiento. Ahora bien, ¿es esa división real o ficticia? El pensador no está separado del pensamiento; el pensador es el pasado, por consiguiente, es pensamiento. El pensamiento es el resultado, la respuesta o la reacción de la memoria. La memoria es el resultado o la reacción del conocimiento almacenado en el cerebro, y el conocimiento es experiencia. En el mundo científico, tecnológico, psicológico, hay conocimientos, experiencias, recuerdos, y el pensamiento es la respuesta de todo esto. Lo cual es un hecho. Pero el conocimiento siempre es incompleto, ya sea del pasado, del presente o del futuro. No existe el conocimiento completo de algo, es imposible. Incluso los científicos, los biólogos y arqueólogos admiten que el conocimiento es limitado.

Y si el conocimiento es limitado, el pensamiento también ha de serlo. Cuando uno dice: «Soy cristiano», eso es limitado. Cuando uno piensa en sí mismo, en sus problemas, en sus relaciones, en sus placeres sexuales y realizaciones, eso es muy, muy

limitado. El pensamiento es limitado, puede inventar lo ilimitado, pero eso sigue siendo un producto del pensamiento. Puede inventar el paraíso, el infierno o lo que sea, pero sigue siendo limitado. Y donde hay limitación debe haber fragmentación.

Estamos hablando de nuestra vida cotidiana. Si uno dice que es hindú o católico, eso es limitado. Donde hay limitación debe haber división, conflicto. Donde hay fragmentación debe haber desorden, y nosotros vivimos en desorden.

En la antigüedad había cierto orden porque seguían determinadas tradiciones. El mundo moderno ha tirado la tradición por la borda, no queda nada, cada uno hace lo que quiere. Cada uno hace en este mundo lo que quiere hacer, cada uno "va a la suya". Observen el caos que producen los grupos políticos, cada individuo al seguir su propia inclinación, religiosa o cualquier otra, la inmensa propaganda que se hace en nombre de la religión, en nombre de esto o aquello.

De modo que en nuestras relaciones cotidianas, íntimas u otras, hay fragmentación. La esposa, el esposo, la novia o el novio siguen sus propios deseos, sus propias inclinaciones, sus demandas sexuales. Ya saben todo eso. Dos entidades separadas pueden tener una relación sexual pero, aparte de esto, no tienen ninguna otra relación. Cada uno persigue sus propias ambiciones, sus propias realizaciones, sus propias demandas, sus inclinaciones, sus obstinaciones, y a ese conflicto lo llamamos "relación". Sin embargo, esa relación no es relación en absoluto, genera división. Podemos tomar de la mano a otra persona, abrazarla, pasear juntos, pero internamente estar se-

parados el uno del otro. Por eso existe conflicto perpetuo. Esto es un hecho, afróntenlo.

Ahora bien, uno pregunta si es posible vivir en relación con otro sin conflicto. La relación es la cosa más extraordinaria en la vida; no podemos vivir sin relación. Pueden renunciar a toda relación al descubrir que la relación es dolorosa, que siempre se vive en lucha, en conflicto, con celos, poseyendo o no poseyendo. Están aquellos que renuncian a toda relación, como los ermitaños, los monjes, aquellos que viven en soledad, ya sea en las grandes montañas de la India o en este país, pero, aun así, están relacionados. De hecho, no pueden evitar tener alguna clase de relación.

Luego, ¿es posible, y necesario, vivir en relación sin la menor sombra de conflicto? Por favor, son "ustedes" quienes se hacen esa pregunta, una pregunta muy importante, una pregunta profunda y fundamental. Si no pueden vivir en relación con otro sin conflicto, entonces crearán un mundo lleno de conflicto.

¿Cuál es la causa de ese conflicto, de ese desorden que existe fuera de nosotros? ¿Cuál es el hecho real de la relación? El hecho, no esa carga romántica o sentimental, sino el hecho real, la crueldad de ese hecho. Porque si uno no comprende verdaderamente la belleza, la profundidad, la vitalidad y la grandeza de la relación, nuestras vidas serán un caos.

¿Se basa nuestra relación en la memoria, en los recuerdos? ¿Se basa en incidentes pasados acumulados en forma de imágenes, de representaciones? Si se basa en recuerdos, en distintas imágenes, entonces todo es un producto del pensamiento.

Y uno pregunta: ¿es el pensamiento amor? Por favor, háganse esa pregunta a sí mismos y no porque yo les incite. ¿Es amor el conocimiento acumulado del otro? Ese conocimiento siempre debe ser limitado, por tanto, ese mismo conocimiento es la raíz del conflicto. ¿Es eso amor? No me refiero al amor basado en alguna idea romántica ni el amor a Dios, sino el amor entre seres humanos, la amistad, esa sensación de comunicación, de comunión, verbal y no verbal.

En consecuencia, ¿es posible vivir con otro sin una sola imagen, sin un solo recuerdo del pasado que haya proporcionado placer o dolor? Mírenlo.

¿Es posible no formar una imagen del otro? Si forma una imagen del otro, lo cual es conocimiento, habrá constante división. Aunque tenga hijos, sexo, etc., en esencia existe esa división. Es como el árabe y el judío, el cristiano y el musulmán, etc.; si hay división, debe haber conflicto. Eso es la ley. ¿Puedo yo, puede usted, puede cada uno de nosotros relacionarse sin conflicto alguno? Investíguenlo.

Esto es parte de la meditación, y no todas las tonterías que están sucediendo en nombre de la meditación. Meditación es descubrir, probar en uno mismo para ver si es posible vivir con otro felizmente, sin control, sin represión, sin necesidad de realizarse, ni toda esa clase de cosas infantiles, sino vivir con otro sin ningún conflicto. Mientras interfiera el pensamiento habrá división, porque el pensamiento es limitado, el conocimiento es limitado. En esa división hay enorme dolor, ansiedad, celos, odio, "primero yo y luego los demás".

Observen el hecho de que están separados de la otra persona, como dos líneas paralelas que nunca se cruzan, excepto, tal vez, sexualmente. Dos vías de tren separadas, cada uno se impone al otro, dependen el uno del otro; todo eso genera enorme desdicha en la propia vida de uno. Observen el hecho de que están divididos, ahonden profundamente en este hecho. Cuando dicen: «mi esposa», «mi chica», miren, sientan, sopesen esas palabras, el peso de la palabra *relación*. El peso de la palabra significa sostener la palabra.

Observen todas las implicaciones de la relación, no solo la relación humana, sino también la relación con la naturaleza. Cuando pierden la relación con la naturaleza, pierden la relación con las personas. Se trata de observar, de observar sin influencias; mírenlo y sientan la división. Cuando uno observa de esa manera, esa misma observación actúa como una poderosa luz sobre la palabra *relación*. Observar significa mirar sin ninguna dirección, sin la palabra, sin ningún motivo, simplemente observar todas las implicaciones y el contenido de esa palabra *relación*. Vivan con la palabra, aunque solo sea durante una hora, diez minutos, un día y ¡descubran! Vivir con ello, observar de esa manera significa prestar toda la atención. Cuando uno presta toda su atención a las dificultades, desaparecen las divisiones. Es como poner mucha energía en algo que está roto. Es posible vivir sin ningún conflicto.

Sin embargo, puede que uno viva sin conflicto y la otra persona no. Puede que uno comprenda, investigue la cuestión de la relación, derrame lágrimas, se ría, vea la gracia

que tiene, sopese la palabra, viva con esa palabra. Puede que uno lo investigue y lo comprenda, que vea esa verdad, pero que la otra persona no lo vea. Es posible que su esposo, su esposa o novia no lo vea. En ese caso, ¿cómo se relaciona con la otra persona? ¿Cómo se relaciona una persona inteligente con otra estúpida? Supongamos que usted es muy inteligente, en el sentido que le damos normalmente a esta palabra, lo cual, en realidad, no es inteligencia. Supongamos que usted es muy inteligente, entonces, ¿cuál es mi relación con usted si yo soy lerdo, tonto, si me aferro a mis propios perjuicios, si soy obstinado en mis opiniones? Y ¿cuál es, entonces, su relación conmigo? Investíguelo, por favor, mírelo. ¿Será tolerante, comprensivo y bondadoso conmigo? Eso significa que aún existe una división.

Suponga que termina esa división, ¿implica eso el nacimiento de una sensación de amor? ¿Qué sucede si usted tiene esa cualidad, ese perfume y yo, que soy su esposa, su esposo, su padre o su madre, no lo tengo?

Es extraño cómo en este país los padres y las madres no cuentan, los envían a residencias de ancianos. En Asia, donde no existe Seguridad Social, los ancianos viven con sus hijos, por eso dicen que deben tener hijos, esa es una de las razones del tremendo crecimiento de la población, así cuando los padres envejecen los hijos cuidan de ellos. Aquí se ha perdido todo esto. Por favor, considérenlo cuando hablen de relación con la naturaleza, y de cómo estamos destruyendo el planeta, contaminando el aire, la tierra, el mar, destruyendo la belleza

del mundo. Tengan presente la belleza de la relación, de vivir en completa paz unos con otros.

¿Puede haber paz en el mundo? No en el paraíso, esa es una vieja y maligna tradición. ¿Puede haber paz entre los seres humanos sin importar su color, su raza, su idioma, su cultura? Para encontrar esa paz debe haber paz entre usted y el prójimo, entre usted y su esposa, entre usted y sus hijos. ¿Puede haber paz? Eso significa ningún conflicto. Si no hay conflicto, surge algo mucho más grande que la actividad del pensamiento, lo cual no significa que uno se vuelva perezoso o vegetal. Todo lo contrario, uno tiene entonces enorme energía, no para hacer maldades, sino para vivir rectamente.

Ojai, California
14 de mayo de 1983

4. La guerra es un síntoma

Biológicamente, es probable que la humanidad haya evolucionado durante más o menos un millón de años, y siempre ha clamado por la paz en el mundo, pero no hay paz en el mundo. Sin paz no es posible florecer, desarrollarse. Para captar esa extraordinaria profundidad de la vida, su belleza, la inmensidad de todas las cosas vivas, uno debe vivir en paz; y no puede haber paz donde hay pobreza.

A pesar de tener una sociedad próspera, hay una enorme pobreza en este país. A medida que viajan hacia el este, la pobreza aumenta: África, Oriente Medio, la India, etc. Ningún gobierno nacionalista puede resolver la pobreza porque se trata de un problema global, un problema de todo el mundo y no de un gobierno en particular, tanto si es totalitario, marxista, o los llamados gobiernos democráticos. Si ha vivido en un país donde hay enorme pobreza, habrá visto sus efectos: la degradación, la total esclavitud, la crueldad. No solo está la pobreza externa, también está la pobreza de la mente, y esa pobreza de la mente no se enriquece con libros, instituciones, organi-

zaciones, fundaciones o foros. La mente se enriquece cuando uno comprende la totalidad de la vida en uno mismo y en su relación con el amplio mundo.

Las religiones no han favorecido ni han generado paz en el mundo. Los cristianos hablan de paz en la Tierra, pero las religiones han divido al hombre. No sé cuántos grupos religiosos hay en este pequeño pueblo, seguramente docenas de instituciones y fundaciones, cada una de ellas tratando de decir al resto lo que deben hacer. Las religiones impiden la paz, las religiones de todo el mundo impiden la verdadera relación pacífica de la humanidad. Hemos sufrido cinco mil años de continuas guerras, este es un dato histórico, y seguimos igual, seguimos matándonos unos a otros. Antes se usaban garrotes, ahora podemos aniquilar a millones de personas. No hemos evolucionado interna ni psicológicamente, y mientras seamos primitivos en lo psicológico, nuestra sociedad será igualmente primitiva.

¿Puede haber paz en el mundo? ¿Es posible vivir en paz, no solo con uno mismo, sino vivir sin conflictos externos? ¿O está la humanidad condenada a vivir en conflicto, en guerra? Es muy importante que uno se haga estas preguntas a sí mismo, no a otros. ¿Existe una solución para todo esto? Sin duda, la solución no está en las religiones o en las culturas tal como son ahora, ni en las organizaciones políticas, sean democráticas, totalitarias o marxistas, ni en las divisiones nacionalistas. No se trata de preguntar si los gobiernos pueden traer la paz; ellos no pueden porque reflejan lo que somos, sus estructuras se han creado en base a nuestras propias demandas.

Así que uno debe preguntarse: ¿es posible tener paz en el mundo? Durante siglos se ha intentado, mucho antes de que existieran los cristianos. Hace ya dos mil quinientos años que el Buda hablaba de paz y todavía hablamos de ello. Cuando uno se da cuenta de todo esto, ¿qué puede hacer? Los llamados esfuerzos individuales para vivir en paz no han producido efectos en el mundo. Puede que viva pacíficamente, en la tranquilidad de un hermoso valle, sin demasiadas ambiciones, sin demasiada corrupción ni competitividad; quizá se lleve bien con su esposa o esposo, pero ¿afectará eso a toda la conciencia humana, o es un problema mucho más grande, mucho más profundo?

Para descubrirlo tenemos que pensar juntos, como dos viejos amigos sentados a la sombra de unos árboles hablando de todo ello, no de forma intelectual, sino debido a que sus corazones están inquietos; les preocupa de verdad lo que sucede en el mundo y lo que sucede en sí mismos. Nosotros somos como dos viejos amigos que tienen una conversación amigable, sin tratar de convencernos o estimularnos uno a otro, sin aferrarnos a nuestras opiniones, a nuestros juicios o a nuestras conclusiones, de forma que podemos pensar y observar juntos. Al observar los árboles, el cielo, los pájaros, la asombrosa belleza de las montañas, preguntamos: «¿Podemos vivir pacíficamente, no solo usted y yo, sino toda la humanidad?». Porque este es nuestro mundo, no es de los americanos, de los irlandeses, de los ingleses o de los franceses. Es nuestro mundo, aunque somos sus invitados. Tenemos que vivir aquí pacíficamente.

¿Cuál es la causa de todo esto? Si uno encuentra la causa, entonces el efecto, el síntoma tiene remedio. La guerra es un síntoma, pero la causa es muy profunda y muy compleja. Cuando se encuentra la causa de una enfermedad, esa enfermedad puede curarse. ¿Por qué los seres humanos se han convertido en lo que son, en seres irreflexivos, que solo se preocupan por sí mismos, nada importa excepto sus deseos, sus exigencias, sus impulsos, sus ambiciones, su éxito en el mundo? En lo psicológico, internamente, quieren ser alguien, quieren llegar a ser alguien, sin embargo, ¿existe esa evolución psicológica? Es decir, ¿existe realmente un llegar a ser, el progreso psicológico, interno, el pasar de "lo que es" a lo que "debería ser", el pasar de la desdicha a cierta felicidad, el pasar de la confusión a la iluminación?

El paso de "lo que es" a "lo que debería ser" es querer ser algo, y el querer ser algo implica tiempo. Cada uno trata de ser algo en lo psicólogo, al igual que sucede con el movimiento físico: el sacerdote quiere llegar a ser obispo y el oficinista quiere llegar a ser directivo. Es el mismo movimiento, la misma agitación, solo que llevada al campo psicológico. En todas las religiones y en el mundo psicológico, la idea de cambiar es querer llegar a ser: estoy confundido y debo cambiar esa confusión en claridad, me peleo con mi esposa y debo poner fin o terminar con eso, lo cual es un movimiento de la violencia a la no violencia. O sea, siempre está ese intento de ser algo que uno no es.

Es una mañana hermosa, el sol calienta y las distintas sombras son tan importantes como el sol. Existe gran belleza en las

sombras, pero a la mayoría nos preocupa la luz, la iluminación, y queremos lograr eso. Ese mismo logro psicológico puede ser uno de los factores de conflicto en la vida.

Examinemos qué es el llegar a ser. ¿Es esa la causa fundamental de la división? Mientras exista la psiquis, el ego, el "yo", una persona separada de otra, habrá conflicto. Esto ha sucedido a lo largo de la historia, esa es la condición humana. Nos han adiestrado, educado a aceptar, religiosa y económicamente, que somos individuos separados del resto de la humanidad, separados unos de otros, pero ¿es eso así? ¿Somos realmente individuos? Esa es la tradición, lo que dicen las religiones; no obstante, juntos vamos a examinar si realmente somos individuos.

Antes de aceptarlo o negarlo, observemos todas las implicaciones. Ahora dan por sentado que su condición es ser un individuo, que son libres de hacer lo que quieren. Los totalitarios lo niegan, dicen que uno es un simple eslabón en el engranaje de la sociedad. Y nosotros nos preguntamos si el llegar a ser psicológico es una ilusión y, también, si psicológicamente estamos separados.

Uno sufre, está confundido, es infeliz, tiene ansiedad, incertidumbre, inseguridad. Puede que externamente tenga seguridad, pero incluso eso se vuelve más y más incierto. En este país y en Inglaterra hay millones de desempleados; curiosamente en la India el desempleo no existe. El desempleo causa enorme desdicha, infelicidad, conflicto y odio.

Estamos cuestionando si realmente somos individuos o si somos como el resto de la humanidad. El resto de la humani-

dad es infeliz, sufre enormemente, tiene miedo, cree en algún sinsentido romántico y absurdo, padecen, están inseguros, igual que todos nosotros. Nuestra reacción, que es parte de la conciencia, es similar a la de los demás; eso es un hecho. Puede que no les guste pensar así y prefieran pensar que están totalmente separados de los demás, lo cual es absurdo, pero su conciencia, que es uno mismo, lo que piensa, lo que cree, sus conclusiones, sus prejuicios, su vanidad, su arrogancia, su agresividad, su dolor, su agonía, su sufrimiento, esa conciencia es común a toda la humanidad. Ese es nuestro condicionamiento, tanto si somos católicos como si somos protestantes, o lo que sea.

Nuestra conciencia es nuestra esencia, constituye nuestra vida. Esa es la verdad, y la compartimos con el resto de la humanidad, uno es el resto de la humanidad. Es tremendo darse cuenta de que uno es el resto de la humanidad. Uno puede creer en un salvador y otro creer en otra clase de ideología, pero el hecho de creer es común a todos. El miedo es común a todos, la agonía y la soledad es compartida por el resto de la humanidad. Cuando uno se da cuenta de esta verdad, el "llegar a ser", que es cambiar "lo que es" por "lo que debería ser", adquiere un significado del todo diferente.

Así es su vida diaria, tanto si vive aquí, en Nueva York, como si vive en otra gran ciudad o en cualquier otro lugar del mundo; esa es su vida. Tenemos que entender esto por nosotros mismos y no a través de otros. Debemos examinar los hechos de nuestra vida, mirarnos a nosotros mismos igual que cuando nos peinamos o nos afeitamos, ver las cosas tal como son, de

forma objetiva, con sensatez, de forma racional, sin distorsionarlas, sin temor o vergüenza, solo observarlas.

A lo largo de toda su existencia, los seres humanos han tratado de cambiar "lo que es" por "lo que debería ser". Conocen muy bien la violencia, el desorden, y han tratado de cambiar ese desorden y esa violencia, cambiando la violencia en no-violencia, y el desorden en orden. Ahora bien, ¿es la no-violencia un hecho o solo es una ilusión, una simple reacción al hecho de la violencia? Si soy violento, proyecto la idea de la no-violencia porque es parte de mi condicionamiento. Si vivo en desorden, trato de buscar orden, de cambiar "lo que es" por "lo que debería ser". Eso es parte del querer llegar a ser, y esa puede ser la causa del conflicto.

Se trata de que lo examinen; aunque lo expresemos con palabras, están observando no solo las palabras, sino también observan el hecho.

¿Puede terminar la violencia? ¡No el llegar a ser no-violento! ¿Puede terminar la envidia, la codicia, el miedo? No el *llegar* a liberarse de ello. Esa es la cuestión. Primero darse cuenta de lo que hacemos, convertir "lo que es" en un ideal de "lo que debería ser". Pero el ideal no existe, no es un hecho, el hecho es "lo que es". Así que comprendamos "lo que es" y no la *idea* de la no violencia, lo cual es absurdo. Muchas personas en la India han predicado la no-violencia. Es parte de nuestra tradición, de nuestro condicionamiento, ese intento de llegar a ser algo, pero nunca llegamos a serlo, nunca llegamos a liberarnos de la violencia, nunca.

Vamos a examinar con cuidado si es posible poner fin a "lo que es", terminar con el desorden o la violencia. No llegar a ser algo, sino terminar. El llegar a ser implica tiempo. Es muy importante comprender esto. Veamos si es posible terminar "lo que es", y no cambiar "lo que es" en lo que nos gustaría que fuera. Tomemos la violencia, o si prefieren el desorden, son lo mismo, no importa cuál de ellos tomemos. Desde tiempos inmemoriales hemos heredado la violencia de los animales, de los monos; la hemos heredado, es un hecho. Somos seres violentos, de lo contrario no mataríamos a nadie, no causaríamos daño a nadie, no diríamos una palabra en contra de nadie.

Por naturaleza somos violentos. Ahora bien, ¿cuál es el significado de esa palabra? Sopesen esa palabra, sientan su peso y sus implicaciones. No solo hay violencia física, los terroristas que ponen bombas. Ellos quieren cambiar la sociedad a través de diferentes acciones terroristas, atentados, etc., pero nunca cambiarán la sociedad. También están aquellos terroristas que lo hacen por diversión. Pero la violencia no solo es física, es mucho más psicológica. La violencia es conformismo, porque conformarse es imitar, no es comprender "lo que es". Mientras exista esa división externa e interna habrá violencia. El conflicto es la mismísima esencia de la violencia.

Y bien, ¿cómo poner fin a la violencia? ¿Cómo terminar el problema complejo de la violencia? Uno entiende muy bien que pretender ser no-violento es una forma de violencia, porque es proyectar la no-violencia desde la violencia, y esa proyección es, en realidad, una ilusión. He proyectado ese concepto, esa

idea, ese sentimiento de que debo llegar a ser no-violento; pero el único hecho es la violencia. No me pregunten cómo ponerle fin, vamos a verlo. En el momento en que preguntan cómo hacerlo, qué hacer, convierten a la otra persona en su guía, en una autoridad y, por tanto, deja de haber amistad.

Vamos a verlo juntos, a observar qué es la violencia, a mirarla, a prestar atención a ese hecho, no a escaparnos de él ni ha racionalizarlo. No digamos: «¿Por qué debo dejar de ser violento. ¿Forma parte de mí». Si la violencia es parte de nosotros, entonces siempre estaremos en guerra: guerra entre mi esposa y yo, mataremos a otros, etc. Mirémoslo sin crear conflicto, como si no fuera algo separado de nosotros, aunque resulte difícil de hacer. La violencia es parte de nosotros, somos violentos igual que somos codiciosos. La codicia no está separada de nosotros, el sufrimiento no está separado de nosotros; la ansiedad, la soledad, la depresión todo esto somos nosotros. No obstante, nuestra tradición, nuestra educación dice que estamos separados de todo ello; pero donde hay separación, donde hay dualidad, debe haber conflicto. Es como el judío y el árabe, hay división y conflicto entre estos dos grandes poderes. Así que uno es eso, todos somos eso, no estamos separados de ello. El analizador no es diferente de lo analizado.

Cuando observa un árbol, una montaña, a su esposa, a sus hijos, ¿quién es el observador y qué es lo observado? ¿Es el observador diferente del árbol? Por supuesto que es diferente, ¡eso espero! El observador es diferente de la montaña, el observador es diferente de la computadora, sin embargo, ¿es el ob-

servador diferente de la ansiedad? La ansiedad es una reacción, es una reacción que se expresa con la palabra *ansiedad*, pero ese sentimiento es uno mismo. La palabra es diferente, pero la palabra nunca es la cosa. La cosa es el sentimiento de ansiedad, el sentimiento de violencia; la palabra *violencia* no es ese sentimiento. De modo que debemos estar muy atentos a que la palabra no distorsione la observación, porque nuestro cerebro está atrapado en la red de las palabras. Si digo que soy americano me siento orgulloso, igual que cuando digo que soy de Sudáfrica o zulú. Debemos tener mucho cuidado con que el lenguaje no condicione nuestro pensar.

Se trata de observar el sentimiento sin la palabra, porque si utiliza la palabra reforzará los recuerdos pasados de ese sentimiento. Está el acto de observar en el cual la palabra no es la cosa, y el observador es lo observado. El observador dice: «Soy violento», pero él *es* la violencia. Por tanto, el observador es lo observado; el pensador es el pensamiento; el experimentador que dice «Debo experimentar el nirvana o el cielo» es esa experiencia; el analizador es lo analizado, etc. Se trata de mirar el hecho de este sentimiento sin la palabra, sin analizarlo, solo mirarlo. Es decir, ser eso, ser esa cosa tal como es, lo cual significa poner toda la atención. Analizar, examinar, todo eso es una pérdida de energía, mientras que si uno pone toda la atención, que es poner toda la energía en ese sentimiento, entonces el sentimiento termina por completo.

No les estoy estimulando, no estoy diciendo lo que deben hacer, por sí mismos se dan cuenta de que la no-violencia no

es un hecho, no es algo real; lo real es la violencia, por sí mismos se dan cuenta. Por sí mismos dicen: «Sí, soy violento. No estoy separado de la violencia». Las palabras dividen, pero el hecho de este sentimiento soy yo. Yo soy mi nariz, mis ojos, mi nombre, mi carácter; eso soy yo, no estoy separado de todo eso. Si me separo, actuaré sobre ello, lo cual significa conflicto. Mientras que si soy eso, si no me separa, erradicaré fundamentalmente la causa del conflicto.

He aprendido algo muy grande, que nunca antes había visto. Antes me separaba de mi sentimiento como si fuera diferente de ese sentimiento. Ahora me doy cuenta, de verdad, de que soy eso. En consecuencia, permanezco con ello. Y si permanezco con ello, si me quedo ahí, dejo de ser eso; lo cual me proporciona enorme energía, y esa energía elimina, termina por completo la violencia; no solo durante un día, no solo mientras estoy sentado aquí, sino que lo termina para siempre.

Uno de nuestros problemas, desde tiempos inmemoriales, es que la humanidad ha vivido siempre con diferentes miedos: miedo a morir, a la muerte, a no tener éxito, a fracasar en la vida, a perder el trabajo, a la oscuridad, al qué dirán, a perder la esposa o el esposo, a ser torpe. Cuando veo a alguien brillante, inteligente, capaz, vital, siento envidia; eso es parte del miedo. Debemos comprender la naturaleza y la estructura del miedo, porque a partir del miedo creamos dioses. Si no tenemos miedo en absoluto, entonces seremos las personas más libres de este mundo, no necesitaremos dioses, seremos los dioses.

Para comprender la naturaleza del miedo debemos examinar con detenimiento el tiempo. El tiempo es miedo. Temo el mañana, temo lo que sucedió hace dos años; dos años atrás es el pasado, el pasado es tiempo. El tener miedo de lo que pueda suceder mañana es parte del tiempo. Tengo un trabajo, pero puedo perderlo; eso es tiempo. De modo que debemos investigar con cuidado qué es el tiempo y, si podemos, comprenderlo.

No solo existe el tiempo físico, sino también el psicológico. En lo físico se necesita el tiempo para aprender un idioma, para ir a cierto lugar. Está el tiempo del reloj, el tiempo de la salida y puesta del sol, la oscuridad de la noche y la luz del día, se necesita tiempo para fabricar una computadora. En ciertas áreas, el tiempo es necesario.

Sin embargo, estamos cuestionando si realmente existe el tiempo psicológico, el interno. No se depriman con todo esto, solo observen. La palabra *esperanza* implica tiempo: espero ser; espero llegar a ser; espero lograr; espero realizarme; espero alcanzar el cielo, iluminarme. Todas estas demandas psicológicas son tiempo. Estamos diciendo que el tiempo es necesario en ciertas áreas, pero el tiempo psicológico puede ser una gran ilusión. La raíz etimológica de *ilusión* es *ludere*, que significa "jugar", "jugar con algo". Y jugamos con ilusiones porque es divertido, conseguimos enorme placer con nuestras docenas de ilusiones, cuanto más neuróticas, mucho mejor.

¿Existe el mañana psicológico? Mírenlo, no lo nieguen, no se alteren, no levanten las manos y digan «Váyase». Mírenlo, obsérvenlo, no lo nieguen ni lo acepten. Puede que lo nieguen

porque están condicionados, y al estar condicionados dicen: «No puedo vivir con la idea de no tener esperanza». Eso indica condicionamiento. Ahora bien, ¿es posible no estar condicionado? Todas estas preguntas están interrelacionadas.

¿Qué significa "estar condicionado"? Significa estar limitado. Nuestros cerebros están condicionados. Si lo comprendemos, si uno está libre de su condicionamiento, será una persona extraordinaria. No se trata de descondicionarse para ser una persona extraordinaria, sino que lo primero es comprenderlo y, entonces, de forma natural sucede. Existen muchos eruditos, científicos y otros que afirman que el cerebro humano, que el ser humano siempre estará condicionado por su idioma, por lo que come, por lo que viste, por el entorno, por la sociedad, etc. Dicen que el condicionamiento puede modificarse, pero que no es posible liberarse de él. Grandes escritores han escrito sobre el tema; lo he discutido con gente prominente que estaba convencida de que el ser humano nunca puede liberarse por completo del condicionamiento.

¿Es posible no estar condicionado? ¿Cuál es el factor de condicionamiento? ¿Qué hace que el cerebro se condicione?

Lo primero es tener en cuenta que el cerebro *está* condicionado. Existe esa demanda de seguridad (no estoy abogando por la inseguridad, por favor solo escuchen todo el desarrollo). Queremos seguridad física, queremos comida, ropa y un hogar, cosa que es natural. De hecho, todo el mundo debería tener todas esas cosas, no solo unos pocos. Negamos la seguridad cuando solo unos pocos acceden a ella. Si hay pobreza, debe

haber conflicto. La esencia del cerebro es pensar, es natural que el cerebro piense, pero uno debe darse cuenta de que el pensar en sí mismo es inseguro, por eso busca seguridad. Y busca esa seguridad a través de la división: «Soy americano», «Es mi familia», «Es su familia».

¿Existe una seguridad que no pertenezca al tiempo ni a la esperanza, que no dependa del deseo? Mírenlo con atención. Necesitamos seguridad, seguridad física, pero todas las religiones, las políticas, las razas, las divisiones ideológicas, las guerras en el mundo niegan esa seguridad, socavan gradualmente la seguridad física. Y la causa es ese deseo de encontrar seguridad interna como seres humanos separados.

Descubran si existe la seguridad interna. No hay seguridad en el apego, ya sea en el apego a su esposa, a su amigo, a su novia, a su novio o a una idea, a un concepto, a una imagen; no hay seguridad en nada de todo esto. Antes no lo habían examinado, solo estaban apegados, pero ahora, después de examinarlo, ha habido un cambio radical. El apego ha condicionado al cerebro. El cerebro busca seguridad en ese apego a la esposa, al esposo, al trabajo, a un ideal, a un dios.

Cuando descubre que no existe seguridad en nada de esto, ¿qué le sucede al cerebro? ¿Qué le sucede a su cerebro? Tradicionalmente, el cerebro se ha condicionado con la esperanza de encontrar seguridad y, de pronto, descubre que no existe tal seguridad, ¿qué le ha sucedido al cerebro? Ha experimentado un cambio total. Uno se aferraba a cierta comodidad en búsqueda de seguridad, pero ahora descubre, después de una

cuidadosa observación, que en ese apego no hay seguridad. En ese mismo momento uno lo deja, de modo que el cerebro se descondiciona. Ese descondicionamiento sucede porque uno ve la verdad de que en el apego no hay seguridad. Ver que no existe ninguna seguridad en la ilusión es inteligencia. Esa inteligencia, ese inicio, es lo que proporciona seguridad absoluta, no el apego. Todo esto es muy interesante, si uno lo investiga. Es más fascinante que cualquier película, es como emprender un largo viaje, un viaje que nunca termina, un viaje al infinito. Eso significa que cuando hay inteligencia hay compasión.

Ahora bien, regresemos al miedo. ¿Puede terminar el miedo, no durante un día o unas horas, sino para siempre? Uno se da cuenta de las consecuencias del miedo: oscurece toda nuestra vida, paraliza nuestro pensar, contrae el físico, produce tensión nerviosa. Uno sabe muy bien qué es el miedo, conocemos varias clases de miedo, pero no me interesan los diferentes miedos, porque si puedo eliminar la causa, entonces no tengo que preocuparme por podar las ramas del miedo. No me interesa podar las ramas del miedo, se trata de terminar con el miedo. ¿Es eso posible? ¿O uno está condenado a vivir con el miedo para siempre? El ser humano ha vivido con miedo miles de años, y ahora viene usted y dice que el miedo puede terminar, ¿cómo puede decir eso? ¿Es otra imaginación verbal o es un hecho?

Vamos a investigarlo juntos. Uno debe verlo por sí mismo, no se trata de que yo lo vea y se lo diga para que luego lo acepte o lo rechace. Se trata de emprender juntos la tarea de descubrir si es posible terminar totalmente con el miedo psicológico. De

ser así, eso tendrá sus propios efectos en lo externo. Cuando termina el miedo psicológico, ese terminar tiene su propia expresión en lo externo; no al revés. El tiempo es el factor del miedo; eso es un hecho. También el pensamiento es un factor del miedo: pienso que el mañana puede ser peligroso, que puedo enfermar; pienso en lo que pueden decir los demás, que tengo un trabajo y puedo perderlo.

El tiempo y el pensamiento son la raíz del miedo. Investiguemos despacio. Hemos explicado la naturaleza del tiempo: el tiempo es esperanza, el tiempo es querer llegar a ser. Está el tiempo externo y el interno. Vemos que el tiempo es el factor del miedo, es obvio, está claro. Y también el pensamiento es el factor del miedo: estoy aquí y el pensamiento dice: «Puedo morir». El pensamiento es experiencia, es conocimiento, y esa experiencia y conocimiento se almacenan en el cerebro como memoria, siendo la memoria una reacción del pensamiento. El pensamiento siempre es limitado porque el conocimiento es limitado, la experiencia siempre es limitada. En el mundo científico, en el mundo biológico, por más conocimientos que tengan, deben añadir más y más. De manera que el conocimiento, ya sea del pasado, del presente o del futuro, siempre es limitado. Eso es un hecho. Haga lo que haga, la acción del pensamiento es limitada. Así pues, el tiempo y el pensamiento son la raíz del miedo.

¿Cómo detendré el pensamiento? No pregunten a otro "cómo hacerlo", más bien, ¡obsérvenlo! Mírenlo con detenimiento: el tiempo y el pensamiento son la raíz del miedo. No

se trata de detener al pensamiento o el tiempo, sino de ver el hecho de que el pensamiento genera el miedo. Darse cuenta de esto, verlo. Sin embargo, el tiempo es necesario para ir de un lugar a otro. Si está sentado aquí y tiene que ir a otro lugar, necesita el tiempo y el pensamiento, de lo contrario no puede moverse. Pero en lo psicológico, el tiempo y el pensamiento generan miedo. De modo que uno es el miedo, no está separado del miedo; el examinador del miedo es lo examinado. El examinador que dice que el tiempo y el pensamiento son la raíz del miedo, después de mirarlo detenidamente, ve que él mismo es el tiempo y el pensamiento. Uno mismo es la trampa del miedo, ¿lo captan? Uno es el miedo.

Esto es una revelación. Antes decía: «Tengo miedo, debo hacer algo al respecto, debo escapar, debo tener valor, debo hacer esto o aquello», por consiguiente, se generaba un conflicto. Mientras que ahora veo por mí mismo que soy el tiempo y el pensamiento; por tanto, no puedo hacer nada. Me pregunto si se dan cuenta de esto.

¿Se dan cuenta de la inmensidad de esa afirmación, de su profundidad, de que uno es eso y no puede hacer nada? ¿Qué significa eso? Significa que cesa toda acción para terminar con el miedo. Miren lo que sucede. Antes, uno hacía algo, mientras que ahora no actúa, deja de ser el actor porque es "eso", es el actor y la acción. ¿Qué sucede cuando uno es "eso"?

Lo cual es parte de la meditación. Mírenlo con mucha atención, guárdenlo en la mano como si fuera una piedra preciosa, obsérvenlo. Cuando cesa todo movimiento, uno es "eso". Si se

da cuenta de que es "eso", termina todo movimiento de forma natural. El movimiento es una pérdida de energía, por tanto, cuando cesa todo movimiento, uno tiene enorme energía para mirar y, en consecuencia, el miedo desaparece.

Juntos hemos hecho un largo viaje a través de valles y montañas, praderas y bosques. Hemos comprendido muchas cosas; no hemos aprendido nada. No hemos aprendido nada, pero hemos observado. Esa observación ha traído mucha luz, ha traído enorme inteligencia. Esa inteligencia es la que actúa; no es el "yo" actuando.

Ojai, California
15 de mayo de 1983

5. El estrecho círculo del "yo"

¿Por qué el cerebro, que ha evolucionado durante siglos acumulando experiencias de toda clase –sufrimiento, placer, la incertidumbre de la muerte–, no ha solucionado el problema de la paz en el mundo? ¿Quién solucionará este problema? ¿Los líderes? ¿Nuevos líderes? ¿Una nueva declaración política? ¿Los sacerdotes? ¿Una nueva ideológica? Ya hemos intentado todo esto. De diferentes maneras, la humanidad ha intentado traer la paz al mundo y también la paz a uno mismo. Y el cerebro, que es una cosa muy compleja, capaz de progresar enormemente en lo tecnológico, no ha solucionado sus problemas.

¿Es la única función del cerebro vivir como lo hace, acumulando enormes conocimientos en todos los campos y utilizando ese conocimiento para destruirnos unos a otros, para destruir el mundo y la naturaleza? Todos vemos lo que sucede. Si somos sinceros y honestos, la mayoría solo tenemos interés por nosotros mismos. El interés propio existe en la gente altamente cualificada, en los intelectuales, en la gente más primitiva, en los cultos y en los incultos, etc. La gente sofisticada y la

religiosa se identifican con algo más noble, pero esa identificación es parte del interés propio. El cerebro, nuestro cerebro, mayormente se interesa por sus problemas personales. Están los problemas matemáticos, los problemas informáticos, etc., pero básicamente nos interesamos por nosotros mismos; eso es un hecho. Por más que intentemos ocultar nuestro interés por nosotros mismos con trabajos nobles, la meditación, uniéndonos a ciertos grupos, consciente o inconscientemente, el interés que tenemos por nosotros mismos nos domina. Si somos honestos, cuando miramos dentro de nosotros y nuestras actividades políticas o religiosas, vemos que esencialmente nos interesamos por nosotros mismos. Así hemos vivido desde el mismo principio de los tiempos, y hoy en día seguimos viviendo igual. De modo que el cerebro solo opera en un campo muy pequeño, muy limitado.

¿Es toda la función del cerebro interesarse por sí mismo, por sus problemas, sus placeres y sufrimientos, su dolor, su ambición y codicia? Así es como vivimos; y el resultado es este caos en el mundo, cada uno buscando realizarse, queriendo lograr la liberación o la iluminación, o convirtiéndose en un gran hombre de negocios, lo cual viene a ser lo mismo. Hemos reducido nuestro cerebro, ese extraordinario instrumento, en algo muy insignificante y limitado. Es extremadamente capaz en el mundo tecnológico, ha creado increíbles instrumentos para la guerra, para la cirugía, la medicina, las comunicaciones, la computación. En esa área, el cerebro funciona con extraordinaria vitalidad y capacidad, pero, aun así, se centra princi-

palmente en sus propias actividades de autoprotección. Este es un hecho obvio.

El cerebro vive de recuerdos y no de hechos. Es muy importante comprender esto a la hora de investigar qué cualidad del cerebro puede profundizar y descubrir su verdadera función. Solo tratamos con hechos, con lo que somos, una serie de actividades de la memoria. La memoria se ha vuelto enormemente importante, pero no tiene nada que ver con los hechos. Mi hijo murió, nos dejó, lo recuerdo, queda el recuerdo. Vivo de los recuerdos de aquellos incidentes que juntos vivimos, mantengo vivos estos recuerdos. Por favor, eso es lo que hacen, no estoy hablando de algo que no hagan; somos un conjunto de actividades de la memoria y del tiempo. La memoria es tiempo, la memoria es la reacción de la experiencia, del conocimiento, y de las cosas que se recuerdan. El ego es, eso es lo que son ustedes.

No sé si han investigado qué es el presente, el "ahora". ¿Es el ahora el cese de la memoria? ¿O no saben realmente qué es el "ahora". ¿Puedo investigarlo un poco? En las matemáticas, el cero contiene todos los números. Los antiguos hindúes inventaron el cero, el cero contiene todos los números. Asimismo, ¿contiene el "ahora" la totalidad del tiempo?

Como saben, el cerebro al cultivar el interés por sí mismo, que es acumular recuerdos, se ha convertido en un instrumento psicológico muy insignificante. Es obvio. Si uno está todo el día pensando en sí mismo, eso es una actividad muy insignificante, y si uno piensa en los demás, también sigue siendo una actividad muy insignificante. ¿Por qué el cerebro está atrapado

en ese pequeño círculo del "yo"? El "yo", el "mi", el ego, no son nada, son simples palabras y recuerdos. Eso es así. Pero el "yo" se ha convertido en algo muy importante. Cuando uno se interesa en sí mismo, es natural que todas sus acciones sean psicológicamente limitadas, y donde hay limitación debe haber conflicto. Si yo soy judío y usted árabe, eso es una limitación, un tribalismo limitado, y si me aferro a mi limitación y usted a la suya, es inevitable que haya perpetuo conflicto. Si una persona constantemente repite «Soy ruso» y se identifica con ese país en concreto, con su idioma, con toda su literatura, eso es muy limitado. El cerebro, al buscar seguridad en el "yo" se vuelve psicológicamente muy limitado.

Así que existe una contradicción entre la limitación psicológica y ese enorme progreso tecnológico ilimitado. ¿Es la función del cerebro vivir en perpetuo conflicto y, por tanto, nunca tener libertad, ni poder estar libre? ¿Es la función del cerebro seguir siendo limitado, vivir en esa pequeña área psicológica? Si uno comprende la naturaleza del "yo", ¿es posible romper esa limitación? Y ¿quién la romperá? El pensamiento ha creado esa limitación al buscar seguridad en lo limitado. El mismo pensamiento es limitado, es el resultado de muchas experiencias acumuladas como conocimiento en el cerebro, en las mismas células cerebrales. Uno no es un experto en el cerebro, pero lo ha observado con mucho detenimiento. El pensamiento es el resultado de la memoria, y como la memoria es limitada, el conocimiento siempre será limitado; ninguna experiencia puede ser completa.

El cerebro funciona con un único instrumento, el pensamiento limitado: por consiguiente, vivimos en constante conflicto, dolor y sufrimiento, porque buscamos seguridad en lo limitado, en los recuerdos. Es así de simple. La función del cerebro es encontrar seguridad para sobrevivir físicamente. Es necesario sobrevivir físicamente, pero buscamos seguridad física y también seguridad psicológica. ¿Existe en verdad la seguridad psicológica? ¿No estamos reduciendo nuestra vida solo a buscar la propia seguridad en lo limitado? En lo psicológico, no existe la seguridad debido a las guerras, a los conflictos raciales, tribales e ideológicos. ¿Es la única función del cerebro buscar seguridad en lo limitado? Eso es exactamente lo que hacemos, y al buscar seguridad en lo limitado generamos estragos en el mundo, enorme desorden y confusión. De nuevo, eso es obvio.

Ahora bien, ¿cuál es la función del pensamiento? El cerebro opera con ese único instrumento. ¿Qué es el pensamiento? ¿Qué es pensar? Todos pensamos, desde la persona más culta y sofisticada a la más inculta o la hambrienta, que tiene pocos alimentos. De modo que pensar es común a todos nosotros. Aunque pensemos y nos expresemos de distintas maneras, el pensamiento no es *nuestro*. Puede que usted sea artista, matemático, biólogo, etc., y yo un profano, pero ambos pensamos. Su pensamiento no es individual. Por favor, es muy importante comprender esto. Sin embargo, eso es lo que hacemos, hemos reducido el amplio pensar en lo *mío*: «Eso es lo que creo, es mi opinión, es mi criterio, es mi apreciación». Observen qué sucede en cada uno.

El cerebro ha evolucionado a través del tiempo, durante miles y miles de años de experiencias, de conocimientos. Tenemos todas esas actividades del mundo tecnológico, personal, etc. Y decimos: «Por medio de mi cerebro pienso», pero ¿es así? ¿Es mi cerebro o es el resultado de miles de años de evolución? El cerebro no es suyo o mío; es el cerebro. Me pregunto si ven la profundidad de lo que digo.

El cerebro es el centro de nuestra conciencia, pero ¿qué es la conciencia? No según los expertos, sino pregúntese a sí mismo qué es la conciencia. La conciencia es sus creencias, sus opiniones, sus dos mil años de programación cristiana o cinco mil años de programación hindú. Su conciencia es las reacciones, las reflexiones, los miedos, los placeres, los sufrimientos, el dolor, la agonía y toda la desdicha de los seres humanos; eso es su conciencia. Entonces, ¿es su conciencia diferente de la de los demás? ¿O su conciencia es como la de toda la humanidad? La gente en Rusia, en la India, en China también sufre. Puede que usen diferentes vestiduras, el entorno puede ser diferente, pero psicológicamente, el contenido de nuestra conciencia es común, es compartido por todos los seres humanos. Su cerebro y su conciencia son compartidos por todos los seres humanos, de modo que uno es el resto de la humanidad. Puedo ser alemán, suizo, un orgulloso inglés, pero soy como el resto de la humanidad. Esto no es un concepto intelectual, no es una idea, algo romántico o sentimental, ¡es un hecho! Si eso es real, si es una verdad, toda la forma de ver la vida cambia, entonces uno se siente responsable de toda la humanidad. Puede parecer aterrador, pero es así.

Mientras investigamos no debemos ser egocéntricos, no estamos cultivando más y más el "yo", no tratamos de que el "yo" sea más inteligente. Somos como el resto de la humanidad, y de ahí surge la compasión.

¿Es el cerebro un instrumento que solo se preocupa por la seguridad física y psicológica? Si no es así, ¿cuál es, entonces, la función del cerebro? Si dejo de interesarme siempre en mí mismo, incluso en la meditación –ya saben toda esta clase de tonterías–, ¿qué lugar ocupa el pensamiento? ¿Existe un nuevo instrumento que no solo sea la actividad del pensamiento? Podemos ver lo que ha hecho el pensamiento en el mundo tecnológico y en el mundo humano. El pensamiento ha construido las cosas más extraordinarias: arquitectura, obras de arte, maravillosos poemas, grandes novelas. Sin embargo, también ha dividido a la gente, y al dividirla ha creado guerras. De modo que el pensamiento no es el instrumento de la paz, porque en sí mismo es divisivo y, al ser divisivo, es limitado, no puede traer la paz en el mundo. Como ejemplo tenemos la Sociedad de Naciones, la Organización de las Naciones Unidas, Napoleón y Hitler, quienes trataron de unificar Europa. La actividad del pensamiento no puede resolver los problemas humanos; si uno ve eso con claridad, ¿qué sucede?

Supongamos que veo con mucha claridad lo que ha hecho el pensamiento en el mundo y también en el campo de mi propia psiquis. Esa búsqueda de seguridad es la base del movimiento del pensamiento, pero ¿hay seguridad en todo lo que hace el pensamiento? ¿O solo hay seguridad cuando el pensamiento,

con su propia inteligencia y habilidad, se da cuenta de su lugar y no interfiere en el área de la psiquis?

No podemos vivir solos, la vida es un movimiento en la relación, pero en la relación aparecen innumerables problemas: sexuales, psicológicos, de compañerismo, de soledad, todos los problemas de la relación. Y bien, ¿qué es relación? Cuando se relaciona con su esposa, su esposo o su padre, ¿qué es relación? Si dice «Estoy relacionado», ¿qué significa eso? No según el diccionario, eso todos lo sabemos, sino cuál es el significado profundo de esa palabra. Estoy relacionado con mi esposa, en esa relación existe conflicto perpetuo. Cuando preguntamos qué es relación, tratamos de descubrir si existe conflicto y terminar con él, ¡ponerle fin! Y para descubrir si el conflicto puede terminar, debemos afrontar el hecho actual de nuestra relación con la otra persona, por más íntima que sea.

¿Se basa nuestra relación en el pensamiento? Tiene que responder por sí mismo. Dos amigos están conversando, uno le pregunta al otro por qué existe conflicto en la relación. ¿Se basa la relación en el pensamiento, en los recuerdos, en los incidentes placenteros o desagradables que sucedieron en el pasado? Eso solo son recuerdos, y nosotros vivimos de estos recuerdos, lo cual es pensamiento. Soy ambicioso y mi esposa también lo es, ella quiere realizarse a su manera y yo a la mía, ella tiene sus conclusiones y yo las mías; por tanto, siempre hay división, y donde hay división tiene que haber conflicto. Es así de simple.

Para comprender la naturaleza del conflicto, y ver si es posible poner fin al conflicto en la relación, tenemos que pregun-

tarnos si el pensamiento domina en la relación. De ser así, ¿es el pensamiento amor? Investíguenlo. En la relación, el pensamiento es lo que nos une por medio de los recuerdos, de las reacciones, del placer sexual u otro cualquiera; el pensamiento es el factor en la relación. Ella me dice algo que me hiere y yo la hiero a ella; esa herida se arrastra como un recuerdo. Es como dos líneas paralelas que nunca se encuentran, y a eso lo llamamos relación. Tanto si es mi gurú como si es mi esposa o mi esposo, algún líder político o un sacerdote, todo se basa en el pensamiento y en la memoria.

¿Es el amor la actividad de los recuerdos? Por favor, háganse esta pregunta. Si lo es, entonces vivimos de recuerdos muertos. Los recuerdos no pertenecen al futuro, los recuerdos son del pasado. ¿Existe una manera de relacionarnos en la cual no interfieran los recuerdos? Uno debe hacerse estas preguntas, pero el simple hecho de preguntarlas no soluciona el problema. ¿Es posible vivir con otra persona sin acumular recuerdos del otro? Eso significa que el pensamiento termina. Y bien, ¿es el amor una actividad del pensamiento?

A medida que tratamos de descubrir cómo vivir en este mundo pacíficamente, tenemos que comprender la profundidad, la naturaleza del pensamiento y de la memoria. La mayoría, desde nuestra infancia hasta ahora, cargamos con el peso de numerosas heridas psicológicas, con el recuerdo y la continuidad de estas heridas, ¿pueden eliminarse todas estas heridas? Si estoy herido, ¿cómo puedo amar a otro? Esa es la verdadera investigación, de forma que empiezo a ver directamente por

mí mismo la posibilidad de acabar con el conflicto. La verdad de esa posibilidad solo existe si realmente investigo toda la profundidad y la naturaleza del "yo", del interés propio, que se basa en el premio o el castigo. Entonces empezaré a descubrir por mí mismo que el pensamiento no es el instrumento para solucionar los problemas humanos. Incluso uno debe pensar mucho para solucionar los problemas técnicos, pero también existe un estado en el cual el pensamiento está ausente, y se descubre algo nuevo. Si uno se mantiene meramente en el campo de lo conocido, nunca aparecerá nada nuevo.

Estamos investigando si el cerebro puede vivir en paz y, en consecuencia, afectar a la sociedad. De no ser posible, no esperamos ningún efecto. Si cada uno de nosotros ve realmente las actividades y las limitaciones del pensamiento, todas las actividades de la memoria, la división y las consecuencias del conflicto, y vive de otra manera, ¿qué efecto tendrá eso en el amplio público? ¡Ninguno! ¿Importa eso? ¿Está interesado en cambiar la sociedad, en que sea más ordenada? En realidad no lo está, si de verdad lo mira. Por consiguiente, si puedo señalarlo, es una pregunta errónea preguntar el efecto que tendría en la sociedad el que se produjera una mutación fundamental en *su* cerebro. ¡Buscamos la verdad a través de hechos! ¡Esa verdad actuará y no "usted"!

¿Qué es la inteligencia? ¿Cómo recibe esa pregunta?, ¿cómo la afronta? Nuestro cerebro está entrenado para resolver problemas; desde la infancia resolvemos problemas de matemáticas, de historia, de exámenes, problemas de arquitectura, de

ingeniería, de cómo construir un motor. Por eso afrontamos la vida con un cerebro entrenado para solucionar problemas, tratamos la vida como un problema e intentamos encontrar la solución del problema. Cuando preguntan qué es la inteligencia, lo convierten en un problema. Como es natural, luego tratan de resolverlo por medio de un cerebro que está entrenado para solucionar problemas.

Ahora bien, ¿puede uno mirar la pregunta de qué es la inteligencia y no convertirla en un problema? ¿Pueden hacerlo ustedes? Si lo hacen, eso es el principio de la inteligencia. Lo cual significa que el cerebro empieza a liberarse del condicionamiento. No obstante, si abordan esta pregunta y tratan de resolverla, regresarán al viejo desorden. Si uno se da cuenta de que el cerebro está condicionado para solucionar problemas y, por tanto, para afrontar cualquier pregunta con una mente, con un cerebro que dice: «Debo solucionarlo», nunca afrontará este reto como algo nuevo. Afrontar un problema como algo nuevo, cualquier problema, es el principio de la inteligencia.

Tanto si les gusta como si no, son el resto de la humanidad. Puede que usted se aferre a su condicionamiento de que es un individuo, pero no lo es. Puede que tenga un cuerpo diferente, un nombre diferente, un color diferente, el pelo largo o corto, puede que hable alemán o ruso, pero sigue estando en la misma base que el resto de la humanidad.

Decíamos que el cerebro tiene su función, y preguntábamos cuál es la raíz de esa función, la base de esa función. Es obvio que no es vivir en conflicto. Pero al surgir esta cuestión dice:

«Debo resolverla». Y seguidamente pregunta: «¿Cómo puedo hacerlo?». En ese momento inventa sistemas, métodos, excusas, argumentos, pros y contras, etc. Sin embargo, si el cerebro no afronta un reto o una cuestión desde el viejo entrenamiento condicionado, entonces puede afrontar esa cuestión, ese reto, de forma totalmente nueva, limpia.

¿Acaso no es la capacidad de la inteligencia mirar algo con claridad sin tratar de resolverlo?

Saanen, Suiza
12 de julio de 1983

6. ¿Puede el cerebro ser totalmente libre?

El acto de escuchar es muy importante si queremos investigar, pensar juntos y explorar todos los problemas de nuestra vida cotidiana. Uno debe escuchar con mucha atención, no solo lo que se dice, sino también nuestras propias reacciones a lo que se dice, nuestras reacciones de conformidad o discrepancia, nuestras sensaciones de bloqueo, nuestras resistencias, nuestro miedo, y todas aquellas reacciones complejas ante cualquier clase de estímulo.

Somos muy restrictivos, limitados, tan limitados que la mayoría ni nos damos cuenta de ello. Nuestros cerebros han sido programados y condicionados. Estamos condicionados, estructurados, moldeados por el entorno, por la tradición, por la religión, por la soledad de nuestras propias ilusiones, imaginaciones y aspiraciones. Después de haber escuchado a mucha gente hablar del cerebro, a especialistas y a otros, uno se da cuenta de que a través de ese largo proceso de evolución nuestros cerebros son muy limitados. Según parece, solo una

pequeña parte del cerebro actúa, piensa y funciona, el resto está inactivo. Podemos ver por nosotros mismos, sin depender de expertos, que nuestra vida es muy insignificante. Estamos tremendamente interesados en nosotros mismos, en nuestro éxito, en nuestras desdichas, en toda la confusión de nuestra propia vida limitada, en el sufrimiento, en la ansiedad, en las diferentes clases de reacciones que surgen de nuestros prejuicios, inclinaciones y tendencias. Todo eso condiciona nuestro cerebro y, por eso, nunca somos conscientes de la totalidad de la vida, de esa amplia, inmensa y poderosa existencia.

La investigación por sí misma tiene muy poco valor. Investigarnos a nosotros mismos, nuestro entorno, el estado del mundo, de forma tan solo intelectual, por curiosidad o para conseguir información, tiene muy poco impacto en nuestras vidas; es una pérdida de tiempo y energía. No obstante, ¿es posible investigarnos con facilidad y alegría, investigar la cualidad de nuestra propia vida, la naturaleza de nuestra conducta, todo el proceso de nuestro pensar, la forma como pensamos, por qué pensamos como lo hacemos, por qué nosotros, seres humanos que hemos vivido en este hermoso planeta durante tantos siglos, seguimos siendo tan infelices, violentos, dispuestos a matar a otros por alguna estúpida razón?

¿Podemos mirar la totalidad del mundo en el que vivimos, ese mundo que hemos creado? La sociedad es el resultado de nuestra propia y compleja vida. Estamos condicionados por la salud, por el medio, por la cultura, por le nacionalismo, etc., y a menos que rompamos todo este condicionamiento, seguiremos

siendo lo que hemos sido durante miles de años. La violencia y la corrupción crecen, nos aislamos, buscamos nuestra propia realización y perseguimos nuestras propias ambiciones. Pero ¡donde hay aislamiento debe haber conflicto! No es bueno hablar meramente de ideas, de expresiones, de reacciones, más bien, ¿podemos investigar con energía, vitalidad, y ver si es posible romper este condicionamiento, de manera que el cerebro tenga inmensa capacidad?

Ahora el cerebro tiene una enorme capacidad en el mundo tecnológico, en la informática, en la química biológica, en la ingeniería genética y en otras formas de actividades externas que afectan al cerebro. Desde lo externo, los científicos, en varios campos, tratan peligrosamente de producir un cambio en los seres humanos. A través de la ingeniería genética intentan cambiar los genes de modo que los seres humanos sean totalmente diferentes. Y las computadoras, cada vez más, nos sustituyen en nuestras actividades.

Los comunistas intentaron cambiar el entorno por medio de la autoridad, de la disciplina, exigiendo una total obediencia; esperaban que eso cambiaría el ser humano. Pero no lo consiguieron, todo lo contrario, crearon una enorme desdicha en el mundo. Nosotros preguntamos si es posible que no nos afecte lo externo. Lo "externo", llámese "Dios", la música, el arte, o las leyes externas establecidas por los gobiernos y las agencias con sus diferentes formas de disciplina, trata de forzar a la gente a adaptarse, trata de producir un cambio radical en su conducta para vivir sin guerras. Pero a la vez se prepara para la guerra;

todos los gobiernos del mundo están armados, dispuestos a matar y a que les maten. Todo esto está sucediendo a nuestro alrededor; estoy seguro de que muchos de ustedes se han dado cuenta de ello.

Las religiones también tratan de cambiar a los seres humanos, nos someten mediante el miedo, el cielo y el infierno, etc., pero tampoco tienen éxito. Esto son hechos, no son imaginaciones ni inclinaciones; es lo que sucede a nuestro alrededor; a través de la propaganda y de varias formas de ingeniería química están afectando el mundo. No lo consiguen ni lo conseguirán, porque la psiquis es demasiado fuerte, demasiado astuta, extraordinariamente capaz. Cuando vemos que todas las influencias externas, incluida la idea de "Dios", las ideologías, las diferentes clases históricas de conclusiones dialécticas, no han cambiado al hombre, nos preguntamos: ¿es posible que el ser humano cambie de forma radical, fundamental, sin ninguna influencia externa? Lo importante es preguntar si cada uno de nosotros es capaz de generar una mutación fundamental y profunda en las mismas células cerebrales.

¿Qué puede producir esa mutación en las células cerebrales, no desde el exterior, no a través de ingeniería genética, de bioquímica, etc.? ¿Qué cambiará las células cerebrales condicionadas durante miles de años? Espero que se hagan a sí mismos estas preguntas. Si son lo suficiente serios, intensos y apasionados para hacerse estas preguntas, ¿cuál es su respuesta? Si han pensando lo suficiente todo esto, puede que digan que no es posible y cierren la puerta a una futura investigación,

o puede que digan: «En realidad no lo sé». Nosotros estamos ahora en esa posición, no hemos cerrado la puerta diciendo que es imposible. Entones, ¿cómo puede el cerebro humano trasformarse a sí mismo, ese cerebro que ha sido condicionado durante miles y miles de años a través de conocimientos y experiencias? ¿Puede el cerebro, que tiene esa extraordinaria capacidad en cierta dirección tan limitada, restringida, condicionada y programada, ser totalmente libre?

No se trata de ser libre para hacer lo que nos guste. Eso es lo que todos hacemos, buscamos satisfacer nuestros propios placeres, nuestras ambiciones personales, nuestra salvación, siempre que tengamos esa inclinación religiosa, nuestros placeres e ilusiones personales; lo hacemos todos los días de nuestra vida. Eso es común y le sucede a toda la humanidad, perseguimos nuestro propio aislamiento, ilusiones, estímulos, aspiraciones e ideologías personales. Decimos que eso es libertad, pero, sin duda, eso no es libertad. La libertad implica una enorme disciplina, implica mucha humildad innata, disciplina interna y trabajo.

La mayoría somos arrogantes porque dependemos demasiado de nuestro conocimiento. Nos sentirnos seguros con nuestras creencias y conclusiones, nuestros deseos son tan fuertes que hemos perdido la sensación de profundidad, esa humildad natural. Qué agresivo suena cuando alguien dice: «¡Soy francés, soy inglés!» Cuando se identifican con un país, con ciertas ideologías, conclusiones, conceptos, entonces no pueden ser humildes. Solo investigando con humildad se aprende, se des-

cubre; en ese momento uno ve las cosas como son, tanto a su alrededor como en sí mismo.

"Disciplina" implica observar constantemente, observar nuestras propias reacciones, observar continuamente, ver el origen de nuestros pensamientos, comprender por qué reaccionamos de cierta manera, cuáles son las tendencias, los prejuicios, las heridas, etc. La observación constante genera su propia disciplina natural, su orden. Eso es lo que queremos decir por disciplina, y no conformarse, ni seguir ciertos patrones establecidos por la sociedad o por uno mismo, sino el constante observar el mundo y a sí mismo. Entonces, es posible ver que no existe ninguna diferencia ente uno y el mundo, lo cual produce una sensación natural de orden. O sea, el orden es disciplina, no al revés.

El trabajo no es solo físico, por desgracia la mayoría tenemos que trabajar, sino que el trabajo también consiste en esa sensación de hacer lo que vemos que es correcto, hacerlo sin intervalo de tiempo entre percepción y acción. Cuando quien les habla era joven, al ver que el nacionalismo era un veneno dejó de ser hindú, simplemente dejó de serlo, nunca más fue hindú, terminé con todas estas supersticiones. Ya conocen todo lo que sucede en cada nacionalidad. Espero que no les importe si digo todo esto.

Así pues, vivir en este mundo de forma pacífica, a pesar de los gobiernos, requiere enorme energía. Y para vivir pacíficamente se necesita mucha inteligencia. Si solo escuchan lo que se dice, resultará algo muy trivial, pero si en el momento

en que ven algo verdadero actúan instantáneamente, eso elimina cualquier conflicto. El conflicto tan solo existe si hay un intervalo, una separación entre lo que se ve como real, como verdadero, y la acción. Si existe este intervalo, esa separación, ese espacio, entonces se genera el conflicto.

No estamos haciendo ninguna clase de propaganda; no intentamos convencerles de nada. Todo lo contrario, uno debe dudar, ser escéptico, cuestionar, no solo lo que se dice, sino su propia vida, sus propias creencias. Si empieza a cuestionar, eso trae cierta claridad, elimina esa sensación de que uno es lo importante. El poner en duda es necesario si investigamos, si inquirimos todo el problema de la existencia. ¿Pueden los seres humanos, que en cierto sentido son neuróticos, dejar ese comportamiento y volverse sensatos y racionales, e investigar con ese cerebro? Estamos preguntando si las células del cerebro pueden, sin ninguna influencia externa de los gobiernos, del entorno, de las religiones, etc., experimentar una mutación en sí mismas. Esa es una cuestión muy seria que no puede responderse con un simple "sí" o "no", afirmándolo o negándolo. Uno debe mirar esa cuestión como un todo, no como inglés, francés, o según alguna religión, alguna superstición absurda, ni según su propia disciplina particular o profesional. Uno debe mirar la totalidad de la vida como un movimiento unitario. Si hacemos eso, entonces podemos empezar a preguntar si es posible.

Cuando nos hacemos esa pregunta, ¿cuál será la diferencia si algunos de nosotros, tal vez, experimentamos esa mutación? ¿Qué efecto producirá en el mundo? Esa es la pregunta que co-

rresponde, ¿verdad? Puede que yo y usted cambiemos, puede que algunos de nosotros experimentemos una mutación, pero ¿qué efecto tendrá esto en la masa, en la gente, en los gobiernos? ¿Detendrá las guerras, etc.? Creo que preguntar el efecto que tendrá en los demás es una pregunta errónea, porque entonces no hacemos las cosas por sí mismas, sino para ver qué efecto tienen en los otros. Al fin y al cabo, la belleza no tiene causa. Hacer algo sin motivo puede tener un efecto extraordinario. Por ejemplo, por suerte o por desgracia, hemos estado hablando durante los últimos sesenta años, y alguien puede preguntar: «¿Cómo ha afectado eso al mundo? Ha viajado a diferentes lugares del mundo, ¿alguien ha cambiado realmente?». Creo que hacer esa pregunta no tiene sentido. Es lo mismo que preguntar: «¿Por qué florece la flor? ¿Por qué en el cielo del atardecer aparece una estrella solitaria?». El hombre que se ha liberado a sí mismo del condicionamiento nunca hace estas preguntas, porque tiene compasión y enorme inteligencia.

¿Somos conscientes de que estamos condicionados? ¿Me doy cuenta, sin ninguna duda, de que mi cerebro está condicionado? ¿O acepto lo que dice otro y, en consecuencia, digo: «Mi cerebro está condicionado»? ¿Ven la diferencia? Si me doy cuenta de que mi cerebro está condicionado, eso tiene una cualidad muy distinta. Sin embargo, si usted me dice que estoy condicionado y lo acepto, eso es muy superficial. Ahora bien, ¿nos damos cuenta de que las experiencias nos condicionan? No estamos diciendo que es erróneo o correcto, vamos a descubrirlo. Estamos condicionados por la cultura, por la tradición,

por el entorno, por toda la propaganda religiosa, ¿nos damos cuenta? Si lo vemos, entonces preguntamos: ¿por qué?

¿Por qué el cerebro se ha condicionado? ¿Cuál es la naturaleza del condicionamiento? ¿Se debe básicamente a la experiencia y al conocimiento? Por favor, investíguenlo despacio. La experiencia condiciona al cerebro, es obvio; y experiencia significa conocimiento. Para aprender a conducir un auto, se necesita experiencia, debe sentarse en el vehículo, aprender a manejarlo, y con la experiencia sabrá llevarlo. ¿Es el conocimiento el factor base de nuestro condicionamiento? El conocimiento es la repetición de cierta tradición. El conocimiento es necesario, de lo contrario no podríamos movernos, conducir un coche, trabajar, siempre que uno tenga trabajo. El conocimiento es necesario en cierta área física, pero el condicionamiento también condiciona nuestro cerebro. Nos programan los periódicos, las revistas, la constante repetición de que soy inglés, francés o indio, esa constante repetición embota el cerebro, lo hace repetitivo y mecánico. Tal vez, puede parecer una forma de vivir segura, pero es muy peligrosa. La repetición de la cultura en los distintos países es un proceso de aislamiento y, por tanto, crea división y guerra. Esa solo es una razón más de la guerra. ¿Somos conscientes de que nuestro cerebro ha sido programado?

Por favor, mírese a sí mismo. Si uno se da cuenta de que está programado, condicionado, entonces se pregunta si la causa es el conocimiento. Aparentemente es el conocimiento. ¿Por qué la estructura de la psiquis, en esencia, se basa en el

conocimiento? La psiquis, el "yo", el ego, es, en esencia, la actividad del conocimiento, una serie de recuerdos, de conocimientos. Somos un conjunto de recuerdos, *somos* memoria, ¿se dan cuenta de este hecho? No somos divinos ni toda esa clase de pamplinas que proclaman las religiones. El hecho real es que no somos nada, excepto memoria. Es un descubrimiento desagradable, ¿verdad? Por eso uno dice: «Mire, hay un parte de mí que no es memoria». El simple hecho de decirlo, eso es memoria. Si digo que no todo en mí es el resultado de la memoria, esa misma afirmación implica que hay una parte de mí que no lo es, pero si miro esa parte también es memoria. La memoria es el pasado que se modifica en el presente y se proyecta hacia el futuro, pero aun así sigue siendo un conjunto de recuerdos.

Por favor, no se vuelvan sentimentales o románticos con todo esto; no tiene ningún sentido hacerlo, son hechos. ¿Qué es usted sin la memoria, sin todos los recuerdos de sus logros, de su esposa, de su hijo, de su hermano, de su familia, de sus viajes, de lo que ha hecho? Todo esto pertenece al pasado, los recuerdos son cosas muertas. Uno debe tratar con cosas vivas. Observe todo esto.

De modo que la pregunta que surge es: ¿podemos vivir sin ningún recuerdo psicológico? Háganse esta pregunta a sí mismos, por favor. Mi hermano, mi hijo, mi esposa, mi esposo muere. Recuerdo todos los incidentes, los momentos felices que pasamos juntos, nuestra relación íntima, son muchas las reminiscencias del pasado, de la memoria. Vivo con eso, tengo

cuadros, fotografías, cada fotografía es un constante estímulo. Así que el "yo", el mí, el ego es un movimiento que se identifica con la memoria: «Soy cristiano», «hindú», «budista», «americano», etc. Cuán tremendamente apegados estamos a nuestras identificaciones, ese es nuestro condicionamiento. Si lo vemos, no verbalmente, no como una idea, sino como un hecho, entonces actuamos. Sucede lo mismo cuando uno sufre un dolor de muelas, actúa porque es un hecho. No obstante, si tiene la imagen del dolor de muelas, el proceso es totalmente diferente.

¿Vemos con claridad, por nosotros mismos, lo que somos, nuestro condicionamiento, nuestra conciencia, sin que nos persuadan o nos arrinconen en una esquina? Si lo vemos, ¿qué hacemos? ¿Ha llegado a ese punto en el que se da plena cuenta de que está condicionado y ese condicionamiento es un conjunto enorme de movimientos de la memoria? La memoria siempre pertenece al pasado, consiste en recordar cosas pasadas que se proyectan hacia el futuro y se modifican en el presente. Es un movimiento de recuerdos, y a estos recuerdos lo llamamos conocimiento.

Y bien, ¿cómo miramos estos recuerdos? ¿Cómo observamos estos recuerdos? Tenemos miles de recuerdos, desde la infancia hemos acumulado recuerdos agradables y desagradables de nuestras aspiraciones, logros, dolores, miedos, enorme sufrimiento; todo son recuerdos. ¿Observan estos recuerdos como si fueran ajenos al observador? Estamos observando; observo que soy una larga serie de recuerdos, he visto que soy

memoria, pero a la vez tengo la sensación de que no soy *todo* esto, de que otra cosa está observando. De modo que preguntamos: ¿es el observador diferente de lo observado? Si presta atención a esta pregunta, sucede algo extraordinario. No se trata de ningún misterio, de algo parapsicológico, etc., sino de algo que pone fin al conflicto. Y *eso* es mucho más importante que cualquier otra cosa.

Mientras haya división entre los recuerdos y el observador, esa división creará conflicto: entre el árabe y el judío, entre el británico y el argentino, entre el hindú y el musulmán, donde hay división hay conflicto. Entiendan esto, por favor. Siempre que haya una acción aislada, un placer aislado y escondido, un deseo oculto, ese mismo aislamiento en un acto de división. En consecuencia, la persona que persigue su ambición personal, su realización personal o sus aspiraciones creará conflicto, no solo en sí misma sino en los demás.

A partir de ahí surge la pregunta: ¿es posible que termine en nuestro propio ser cualquier clase de conflicto? No cabe duda de que vivimos en conflicto. Puede que diga: «Bien, en toda la naturaleza hay conflicto, un árbol en el bosque se esfuerza para alcanzar la luz, forcejea, lucha, compite con los demás; y los seres humanos, que hemos nacido de la naturaleza, hacemos lo mismo». Si acepta esto, entonces debe aceptar todas las consecuencias del conflicto: guerras, confusión, crueldad, maldad, la impunidad de la guerra. Mientras seamos ingleses, franceses o indios, es inevitable que fomentemos la guerra. ¿Se dan cuenta de esto?, ¿se dan cuenta de que no hacen nada al respecto?

Así pues, terminar el conflicto, que significa vivir en paz, requiere enorme inteligencia y comprender la naturaleza del conflicto.

Brockwood Park, Inglaterra
27 de agosto de1983

7. La conciencia es compartida por todos los seres humanos

Solo puede haber paz cuando uno tiene completa seguridad externa e interna, medioambiental y psicológica. Todos buscamos seguridad; cada animal, cada organismo vivo necesita seguridad. Y según parece, no tenemos seguridad. La hemos buscado en las religiones, en las creencias, en las ideologías, en diferentes formas de autoridad, pero seguimos divididos. ¿Acaso se debe a que cada uno busca su propia y particular forma de seguridad por separado, pensando por separado, como entidades aisladas? ¿No es esa una de las causas de por qué cada persona está, inevitablemente, en conflicto con los demás, quienes a su vez también buscan su propia forma personal de seguridad? ¿Estamos separados del resto de la humanidad? ¿Es usted un individuo separado que busca su propia felicidad, sus placeres, sus ilusiones personales, su forma particular de esperanza imaginativa? Debemos investigar esta cuestión, porque si esa es la causa, ya sea una causa racional, real o un hecho, debemos afrontarla y ver, si en realidad, se trata de una ilusión.

A cada uno de nosotros nos han educado para creer que somos individuos separados, pero ¿es así realmente? Nuestra conciencia contiene nuestra conducta, nuestras reacciones, nuestros placeres, nuestros miedos, nuestras ansiedades, nuestro sufrimiento, y todas las experiencias y conocimientos. Todo esto constituye nuestra conciencia, eso es lo que somos, lo que cada uno es. Por consiguiente, ¿es esa conciencia diferente a la del resto de la humanidad?

Si observamos el mundo, vemos que los seres humanos, más o menos, pasan por los mismos sufrimientos, las mismas ansiedades e inseguridades; creen en alguna clase de ilusión sin sentido, están llenos de supersticiones, de miedos. Cada ser humano pasa por todo esto, se siente inseguro, incierto, temeroso, está en constante conflicto, sufre enormemente. Lo cual es un hecho. Por tanto, ¿es su conciencia diferente de la del resto de la humanidad? Puede que yo sea árabe con mi tradición islámica particular, pero como ser humano, aparte de esta etiqueta árabe, paso por todas las dificultades de la vida, igual que usted: dolor, sufrimiento, celos, odio. Entonces, ¿existe alguna diferencia, aparte de las etiquetas, aparte de la cultura, entre usted y yo, que soy árabe? Por favor, consideren todo esto.

Uno tiene que ver por sí mismo este punto muy claramente. Nuestra psiquis y el contenido de la psiquis es nuestra conciencia; esa conciencia es compartida por el resto de la humanidad. En lo externo, puede que tengamos culturas diferentes, un entorno distinto, alimentos y ropas diferentes, que seamos más ricos, más importantes, más considerados, más profundos, pero

somos el resto de la humanidad, el mundo somos nosotros. Tengan este punto muy claro. Puede que no les guste, porque desde la infancia o, tal vez, antes de la infancia en los mismos genes, les han educado para pensar que son individuos separados. Nosotros cuestionamos eso, no sólo subjetiva sino objetivamente.

Si uno lo examina con imparcialidad, libre de toda tradición, si su cerebro anhela descubrir si es posible vivir en este mundo en completa paz y libertad, o sea, en orden, uno debe hacerse esa pregunta. Puede que sea un gran científico, un gran pintor, un poeta maravilloso, pero el científico, el pintor y el poeta tienen su propio sufrimiento, dolor y ansiedad como el resto de nosotros. Mientras pensemos que estamos separados, seguirá el conflicto entre el árabe y el judío, entre los blancos y los negros, entre el musulmán y el resto del mundo. Debemos considerar esta cuestión seriamente, ejercitar nuestros cerebros, no aceptarlo.

¿Es esa falacia de que cada uno es diferente una de las causas de la guerra, una de las causas del conflicto entre seres humanos? Y si uno no es diferente, entonces es como el resto de la humanidad; uno *es* el resto de la humanidad. Eso implica una enorme responsabilidad, que según parece no aceptan, les gusta evadir responsabilidades. Mientras seamos violentos y agresivos contribuiremos a ser como el resto de la humanidad, contribuiremos a la agresividad y la violencia del resto de seres humanos. Eso es obvio. Si somos el resto de la humanidad, y *somos* el resto de la humanidad, no una parte, somos el mundo entero, si tenemos este sentimiento, si vemos esa verdad,

entonces nuestra actitud cambia por completo, se elimina toda división. Me pregunto si ven esa verdad, no de forma sentimental, romántica o como un concepto utópico, sino como algo real, como un hecho.

Examinémoslo más detenidamente. Mientras exista una división entre usted y yo, entre nosotros y ellos, entre hombre y mujer, entre usted y su esposa, entre esposa y esposo, entre la familia y la comunidad, entre una comunidad y otra comunidad más grande, habrá conflicto en la relación. Si todos lo sabemos, ¿por qué ese conflicto en nuestra relación? Uno está casado o no, tiene hijos, pero todo el conflicto humano seguirá mientras el esposo o la esposa, el hombre y la mujer busquen su propia realización, ya sea sexual o en el mundo. Eso es un hecho, ¿no es cierto? La esposa persigue su propia clase de placer y el esposo la suya, por eso nunca se encuentran, excepto, tal vez, en la cama. Lo cual es un hecho.

Ahora bien, ¿es posible que esa división termine? A partir de ahí, uno empieza a investigar la naturaleza de lo que llamamos afecto y la naturaleza de qué es el amor. Si son serios, y deben serlo cuando ven en lo que se ha convertido el mundo, un lugar desquiciado, desordenado y corrupto, y ven también todas esas cosas desagradables que están sucediendo; pues bien, cuando ven todo esto, deben, inevitablemente, preguntarse por qué. En esa relación íntima donde hay la sensación de afecto, de tolerancia, de responsabilidad, ¿existe conflicto, divorcio, odio y todo ese campo de confusión? ¿Es posible vivir con otra persona en completa paz? ¿Cómo responde a todo esto? Su es-

posa y usted tienen que responder estas cuestiones realmente serias, no se evadan.

Mientras estemos atrapados en la ilusión de la individualidad, por más íntima que sea nuestra relación con otra persona, por más cercana, por más personal que sea la forma de escapar de la soledad a través de la compañía, debemos responder esta pregunta. Porque toda vida es relación: con la naturaleza, con el universo, con la más diminuta flor de campo, y también con los demás seres humanos. No es posible vivir sin relación, incluso los monjes que han tomado ciertos votos están relacionados. Sin embargo, el conflicto parece invadir toda nuestra relación. Debemos empezar muy cerca para llegar muy lejos, y ver si podemos vivir sin conflicto, por tanto, en paz. Debemos empezar donde estamos, con nuestra familia, con nosotros mismos.

Al mirar juntos el mundo, al mirar juntos nuestra relación, como amigos podemos cuestionarnos unos a otros, podemos cuestionar lo que decimos sin herirnos mutuamente porque somos amigos. Desde esa amistad podemos comprender la profundidad y la belleza de una relación en la cual no existe conflicto. La relación es enormemente importante, es nuestra vida; y mientras haya conflicto, la relación se convertirá en el algo muy destructivo.

¿Cómo observa todo esto? ¿Cómo observa ese conflicto, el estado actual del mundo, la relación actual de unos con otros? Es muy importante comprender la naturaleza y la estructura del observador. ¿Se da cuenta del hecho de que estamos separados, cada uno con su propia ambición y codicia, con su propia

forma de enojo? Al observar, puede hacerlo con prejuicios, siendo parcial, por eso es importante descubrir la naturaleza del observador. Si cuando observo no tengo claridad en la manera de mirar, lo distorsionaré todo; de ahí la necesidad de inquirir en la naturaleza del observador. Si un científico no es muy claro, tanto subjetiva como objetivamente, si no es capaz de observar sin influencias, sin prejuicios, sin la intervención del "yo", su observación estará distorsionada, será falsa, no será real. Asimismo, tenemos que tener muy claro la naturaleza de la observación y quién es el observador.

Cuando miramos un árbol, un campo lleno de vacas y ovejas, o el horizonte iluminado por el sol de la mañana, ¿cómo lo observamos? Cuando miramos un árbol o una casa, al utilizar la palabra bloquemos la percepción. Al mirar a un francés digo: «¡Oh, es francés!», y eso hace que todos mis prejuicios, todos mis conocimientos de francés se interpongan en la observación de eso que llamo francés. Así pues, ¿es posible mirarlo todo sin prejuicios, sin antagonismos? ¿Pueden hacerlo?

El observador es el pasado, el observador está lleno de conocimientos del pasado, y tanto si este conocimiento es absurdo como si es trivial o real, bloquea la observación. Para observar mi relación con mi esposa o esposo, debo observar sin ningún conocimiento o incidente previamente acumulado; ¿es eso posible? De lo contrario, nunca veré a mi esposa como si fuera la primera vez, siempre la miraré con mis recuerdos de miles de días. Algo que está vivo no puede observarse con el conocimiento limitado; y el conocimiento siempre es limitado. Algo

vivo debe observarse con libertad, sin ninguna acumulación o experiencia del conocimiento. Luego, ¿es posible mirar a nuestra esposa o esposo, novia o lo que sea, sin los recuerdos acumulados?

¿Han intentado mirar un árbol sin la palabra "árbol", mirar una flor sin etiquetarla, de modo que observen realmente lo que es, sin ninguna reacción subjetiva?

Como sabe, nuestro cerebro es una red de palabras, una red de recuerdos, nunca está libre para mirar porque la identificación lo ha condicionado. Para nosotros, es muy importante identificarnos. Cuando digo que soy "hindú", eso me hace sentir seguro, tengo la sensación de seguridad; me aferro a ello, como lo hace el inglés, el francés, el alemán y el resto del mundo. ¿Es posible mirar, observar libre de toda identidad? ¿Lo están haciendo ahora o lo intentarán más tarde? Si lo hacen ahora, esa misma acción de percibir eliminará la división. Si lo *hacen ahora*, eso significa que en esa acción no intervendrá el tiempo.

Miren. He escuchado esto, he prestado atención a lo que he escuchado, estoy sentado al lado de mi esposa o esposo, soy una persona seria y espero que ella o él también lo sea, y veo que no observo con libertad, sin ningún incidente pasado, etc. Pero es muy importante para mí relacionarme con ella o con él sin que haya conflicto, porque si puedo vivir de esta manera, tendré paz en mi corazón y en mi cerebro. De modo que en el momento mismo en que escucho todo esto, percibo claramente que estoy en conflicto, y que le estoy mirando, a ella o a él, con toda la

acumulación de recuerdos muertos, por tanto, no estoy mirándole a ella o a él. La acción es en el momento de percibir un hecho, sin permitir que el tiempo interfiera en esa acción. Y bien, ¿puedo mirarle a ella o a él sin ningún recuerdo del pasado?

¿Lo están haciendo ahora? Miren lo que implica. Háganlo y descubrirán lo muy apegados que están al pasado. Nuestras vidas son recuerdos pasados y, según parece, están fuertemente incrustados en nuestro cerebro, por eso decimos que es imposible mirar sin el conocimiento de ayer; renunciamos a ello y seguimos el viejo camino con peleas, enfados, luchas y siendo desdichados e infelices. ¿Puede uno realmente ver el hecho que habrá conflicto entre dos seres humanos, por tanto, con el resto de la humanidad, mientras tengamos ese concepto de lo "individual", que agrupa nuestros recuerdos personales? Ver eso es actuar, no posponer la acción. Cuando posponemos la acción, interviene el tiempo, y durante ese posponer se interponen otros factores, surgen otras complicaciones. De modo que la acción es percibir e inmediatamente actuar, en consecuencia, el cerebro no queda atrapado en problemas.

¿Por qué los seres humanos tienen problemas? Desde la infancia, entrenan nuestros cerebros para solucionar problemas, ¡pobres niños! Actualmente, a la edad de dos años enseñan a los bebes a contar, a aprender un idioma. Desde la infancia, en la escuela, en el instituto, en la universidad, en los negocios, en la familia, todo se convierte en problemas que debemos solucionar. Como consecuencia, tratamos la vida como un enorme problema, porque nuestros cerebros están entrenados para

eso, nunca miramos las cosas sin esfuerzo, con dicha, todo lo convertimos en terribles problemas que debemos solucionar. Así es como la relación se convierte en un problema. Y cuando tratamos de solucionar un problema, al solucionarlo, esa solución genera otros problemas; eso es lo que sucede en política. ¿Podemos mirar la vida no como un problema, aunque los problemas existen, y tener la mente libre de problemas? ¿Se dan cuenta de la diferencia? Los problemas existen, si me duele una muela debo ir al dentista. Los problemas están ahí, pero si mi cerebro está libre de problemas, entonces puedo afrontarlos sin esfuerzo. Pero si mi cerebro está entrenado, condicionado a cargar con los problemas, los problemas aumentan.

Tomemos, por ejemplo, la cuestión de Dios, ya sea que Dios exista o no, es un problema. La mayoría de los cristianos creen que existe. Los budistas no tienen un concepto de Dios, Dios no existe en su filosofía religiosa, pero han convertido a Buda en un Dios, aunque eso es un asunto diferente. Ahora bien, tenemos un problema: usted cree y suponga que yo no creo, ¿está interesado en considerar la existencia de Dios, si es que existe? ¿Puede mirar esta cuestión y descubrir por qué a través de los siglos el hombre ha inventado a Dios? Empleo la palabra "inventado" a propósito; espero que no se molesten. El hombre lo ha inventado porque está temeroso, quiere que alguien, un agente externo, le proteja, le dé seguridad; quiere sentir que alguien le cuida. Ese concepto ofrece gran confort, no importa si es una ilusión o una realidad, porque mientras mantiene esa creencia siente un enorme bienestar. Entonces,

si realmente cree firmemente en todo esto, ¿puede ponerlo en duda, cuestionarlo, descubrirlo, o está tan temeroso que no puede ni pensar en ello?

Para descubrir si existe algo más allá del alcance del hombre, debemos tener libertad para investigar. De igual forma, para investigar la relación debemos tener libertad para inquirir, para observar. Y si quien investiga, si el observador, tiene prejuicios, tiene convicciones profundas, aunque pretenda examinar lo externo, esa investigación dependerá de sus propias convicciones. En consecuencia, ¿puede el cerebro estar libre para mirar, para mirar a su esposa, a su esposo, a todos los gobiernos, a su propio gurú, a todo lo que nos rodea; para mirar cuidadosamente sin el trasfondo de la tradición, de los valores y de las opiniones? En ese caso, el cerebro actúa como un todo, no en fragmentos.

Los científicos dicen que, en la mayoría de la gente, solo funciona una pequeña parte del cerebro, por eso su visión de la vida es tan fragmentaria. Tan solo una parte de su cerebro participa y funciona activamente durante la vida; de modo que el cerebro no funciona en su totalidad. ¿Puede el cerebro funcionar como un todo, completamente, y no solo con una parte? ¿Son lo suficiente serios para querer descubrirlo? El cerebro ahora es muy limitado porque todo conocimiento es limitado; pueden estar seguros de ello. Todo conocimiento, ya sea conocimiento del pasado o del futuro, siempre será limitado. En el mundo científico cada vez se descubren más cosas, ningún científico nunca puede decir que su conocimiento es completo.

El conocimiento siempre es incompleto. Y si el conocimiento es incompleto, el pensamiento también es incompleto, porque el pensamiento surge del conocimiento como memoria, por eso es limitado. Sin memoria no hay pensamiento; sin conocimiento el pensamiento no existe. En la actualidad actuamos únicamente con la limitación del pensamiento.

Mi pensamiento y el suyo, el pensamiento de un científico y el de una persona analfabeta, son similares; el pensar es similar. Puede que nos expresemos de forma diferente, pero el pensamiento sigue siendo limitado. Mientras nuestro pensar sea la base de nuestra acción, la base de nuestra vida, el cerebro nunca funcionará como un todo. Por favor, observen esa lógica. Nuestras vidas están fragmentadas: «Soy un hombre de negocios», «Soy científico», «Soy pintor», etc.; siempre creamos categorías. Nuestra vida está fragmentada porque nuestro pensar es limitado, ¿se dan cuenta de este hecho? Puede que queden perplejos, porque estamos cortando la misma raíz de nuestra vida, que es el pensar. Las maravillosas catedrales, las grandes arquitecturas, la enorme maquinaria de la guerra, las computadoras, etc., todo eso es un producto del pensamiento. Todas las cosas que están dentro de las catedrales y de las iglesias también son producto del pensamiento; nadie puede negarlo. Esas túnicas que se ponen los sacerdotes las copiaron de los egipcios. El pensamiento ha creado todo esto, y el pensamiento también ha inventado a Dios.

Ahora bien, la cuestión es si el pensamiento puede realmente detenerse, y ¿qué entidad detendrá el pensamiento? Eso sigue

siendo pensamiento. La meditación, si algunos de ustedes se entretienen con esa clase de cosas, pretende detener el pensamiento, pero nunca se preguntan qué entidad lo detendrá, quién dice: «No debo pensar». Sigue siendo el pensamiento el que dice: «Diantre, sin pensar no puedo conseguir nada». No obstante, el pensamiento y el conocimiento son necesarios en ciertas áreas, de lo contrario no podría regresar a su casa, escribir cartas, ni hablar un idioma, entre otras muchas cosas.

Así pues, el pensamiento es el instrumento de nuestra fragmentación. Obsérvenlo, no pregunten cómo detener el pensamiento; observen el hecho de que el pensamiento es necesario en determinadas áreas, pero no es necesario en el mundo psicológico en absoluto. En la relación de unos con otros, si el pensamiento es el instrumento, y lo es, entonces el mismo pensamiento es un factor de división. Mírenlo, no pregunten qué deben hacer; miren ese peligro, y se alejarán del peligro como lo hacen cuando ven un precipicio o un animal peligroso. De forma similar, el pensamiento es un peligro en el campo psicológico; si lo observan con cuidado, sin ninguna influencia, en ese momento el pensamiento empieza a darse cuenta de cuál es su lugar.

Brockwood Park, Inglaterra
28 de agosto de 1983

8. El sufrimiento y la muerte

Cuando hablamos juntos de los problemas humanos, no solo de nuestros problemas cotidianos, sino de todas las dificultades de la existencia, debemos también investigar profundamente qué hay más allá del tiempo. ¿Cuál es la fuente, el origen de toda creación? Para adentrarse en esta área, sin duda, uno debe empezar con la totalidad del contenido de la conciencia, con lo que somos: nuestras reacciones, ansiedades, soledad, depresión, euforia, nuestros miedos, y la continuidad del placer. También debemos preguntarnos si es posible poner fin a todo el sufrimiento; investigar qué es religión, meditación, así como la naturaleza de la muerte y los límites del tiempo. Debemos profundizar mucho en todos estos temas, porque si solo rascamos la superficie, como solemos hacer, averiguaremos muy poco. ¿Podemos investigar profundamente la cuestión de si es posible eliminar el contenido de nuestras conciencias? Es decir, terminar con nuestras heridas, esas heridas psicológicas, esos miedos, todos esos recuerdos a los que nos aferramos, el dolor, el placer, esa tremenda agonía y

sufrimiento. Todo ese contenido constituye nuestra conciencia, lo que somos.

La mayoría nos preocupamos por nosotros mismos, por nuestros logros, por nuestro éxito, nuestros fracasos, y nos sentimos importantes haciendo pequeñas cosas. ¿Es posible que todo esto termine y que descubramos algo totalmente nuevo? No solo descubrirlo, sino experimentarlo. Uno debe ser muy cuidadoso al emplear la palabra "experiencia". No hay nada que experimentar. Si uno va más allá del tiempo, siempre que eso sea posible, más allá del miedo, etc., ¿existe algo que deba experimentarse? Vamos a investigarlo juntos, no se trata de meramente escuchar un montón de palabras juntas que forman frases e ideas; juntos vamos a inquirir y ver si los programas que tenemos en nuestros cerebros, que tan fuertemente nos han condicionado, pueden borrarse, y nunca más ser programados. Si estamos dispuestos a poner todo nuestro interés, una disposición auténtica y enorme atención, tal vez, podremos ver si existe algo infinito, algo más allá del tiempo.

En primer lugar, ¿nos damos cuenta de que el pensamiento es un proceso material y, por tanto, limitado? Cualquier acción basada en esa limitación, inevitablemente, generará conflicto. El pensamiento es un proceso material. La materia es energía limitada, y todo el contenido de nuestra conciencia es el resultado del proceso del pensamiento. El contenido de nuestra conciencia, con todas las reacciones, respuestas, etc., está creado por el proceso material del pensamiento. En consecuencia, nuestra conciencia, eso que somos, siempre es limitada.

Cuando uno está interesado en sí mismo, en sus problemas, en su relación, en su estatus social, etc., ese interés en uno mismo es un asunto muy insignificante y limitado. ¿Se da realmente cuenta de esto o solo es una idea que investigar, para entonces llegar a una conclusión, aceptarla y decir: «Soy esto»? ¿O bien ve de inmediato, instantáneamente, que toda la actividad egocéntrica es muy limitada, ya sea en nombre de la religión, de la paz, de llevar una buena vida, etc.? Esa actividad egocéntrica siempre es limitada, por tanto, es la causa del conflicto. ¿Nos damos realmente cuenta de esto o tan solo es una idea?

¿Vemos la diferencia entre la realidad y la idea? Si persigue una idea, entonces persigue alguna clase de ilusión. Y bien, ¿somos realmente conscientes de que la actividad egocéntrica, egoísta, es muy insignificante y divide, por consiguiente, es la base que genera el conflicto? El "yo", la psiquis, la persona, es todo el contenido de la conciencia, es nuestro condicionamiento, es la programación de siglos y siglos, es toda la estructura del conocimiento.

Estamos mirando los tremendos y complejos problemas de nuestra existencia, de nuestra vida diaria, que suele ser muy superficial, monótona, aburrida o excitante, permisiva, buscando diferentes formas de placer y, tanto si es una vida placentera o miserable, al final termina con la muerte. Intentamos darle un significado a esa superficialidad, pero ese significado también es muy superficial. Cuando nos damos cuenta de todo ello, ¿podemos realmente explorar juntos lo que somos, romper con esa limitación y, si es posible, ir más allá?

El miedo es uno de los factores del contenido de nuestra conciencia. La mayoría sabemos qué es el miedo. Ya esté poco o muy arraigado en los recovecos del cerebro, todos tenemos miedo a algo. ¿Puede terminar el miedo psicológico? Empecemos con esto. A partir de ahí podemos preguntarnos por qué tenemos miedos físicos y explorar también su relación con la psiquis, con los miedos psicológicos. Estamos explorando la naturaleza del miedo y no las diferentes expresiones del miedo. Uno puede tener miedo a la muerte, a su esposa o esposo, a varias cosas, pero a nosotros nos interesa el miedo en sí mismo, esa reacción real que llamamos "miedo", no el miedo a *algo*, ni el miedo al pasado o al futuro.

¿Cuál es la causa, la raíz del miedo? ¿Es el pensamiento y el tiempo? ¿Es el pensamiento, el pensar en el futuro o en el pasado? ¿Es el tiempo también la causa? Tiempo es envejecer, como hacemos la mayoría; desde el momento en que nacemos ya estamos envejeciendo. El tiempo es futuro, no del reloj, del día a día o de año tras año, sino como movimiento de lo que ha sido, de lo que debería ser, o de lo que puede ser. ¿Es ese movimiento del tiempo, ese proceso de tiempo psicológico, una de las causas del miedo? El recuerdo de un dolor, tanto si es físico como psicológico, que sucedió hace dos semanas, y el miedo de que vuelva a suceder, ese es el movimiento del tiempo y del pensamiento. Entonces, ¿son el tiempo y el pensamiento las causas del miedo? El tiempo es pensamiento, porque el pensamiento es la repuesta de la memoria, que es conocimiento y experiencia. El conocimiento es tiempo, y el conocimiento puede ser una de las causas del miedo.

Estamos diciendo que el tiempo, el pensamiento y el conocimiento no están separados, son un mismo movimiento que puede ser la causa del miedo. Esa *es* la causa del miedo. Cuando uno se da cuenta de esto, incluso intelectual o verbalmente, ¿es posible terminar con el miedo? ¿Qué dice? Si está esperando una respuesta, no trabajamos, pensamos, investigamos juntos. Nuestros cerebros han sido condicionados, entrenados, educados para aprender de otros, para que otros nos instruyan. Pero nosotros no tenemos ninguna autoridad para decirles lo que deben hacer, más bien, juntos vamos a ver todo el movimiento del miedo, sus implicaciones, por qué los seres humanos han cargado con el miedo durante miles de años y no lo han solucionado, sino que lo han transmitido y aceptado como una forma de vida, como una manera de vivir.

Cuando examinamos si el miedo psicológico puede terminar, debemos comprender su causa, porque si hay una causa hay un final. Si uno está enfermo y tras un diagnóstico se encuentra la causa, esa enfermedad puede curarse. Asimismo, si encontramos la causa, la causa básica y fundamental del miedo, entonces puede terminar.

Estamos diciendo que tiempo y pensamiento no son dos cosas separadas, son la raíz del miedo. El deseo también forma parte del miedo. El deseo es pensamiento con su imagen; sin imagen, el deseo no existe. Uno ve algo, seguidamente el pensamiento forma la imagen de poseerlo, y en ese momento, surge el deseo. De modo que, en esencia, el pensamiento es el movimiento del deseo, y el tiempo-pensamiento es la raíz del

miedo. ¿Cómo observa uno este hecho? Supongamos que me doy cuenta de que el pensamiento-tiempo, con toda su complejidad, es la raíz del miedo, ¿cómo me doy cuenta, cómo lo siento, cómo soy consciente de ello? ¿Veo el tiempo-pensamiento como algo separado de mí, o yo soy eso?

Si estoy enojado, ¿no soy eso? El enojo no es algo que está separado de mí; yo soy la codicia, la envidia, la ansiedad. Me gusta pensar que son cosas separadas y que puedo controlarlas, pero el hecho real es que yo soy todo esto, incluso el controlador soy yo. Así que no existe ninguna división entre la codicia, el enojo, los celos, etc., eso soy yo, el observador. Y bien, ¿cómo miro el hecho de que el tiempo-pensamiento es miedo? ¿Cómo lo observo, es algo separado de mí o yo soy eso? Si soy eso, si no estoy separado, cesa toda intervención, ¿no es cierto? Antes lo controlaba, lo reprimía, intentaba racionalizar el miedo, pero ahora, como veo que soy todo esto, cualquier intervención como tiempo-pensamiento cesa.

Estamos tan deseosos de intervenir. Uno *debe* actuar, pero aquí es necesario observarlo todo sin hacer absolutamente nada, tan solo observar sin ninguna reacción o respuesta respecto a lo que se ve.

También debemos investigar por qué los seres humanos sufren, y si el sufrimiento puede terminar, no solo el personal, sino el sufrimiento de toda la humanidad. No seamos sentimentales con eso, pero de una manera u otra todos sufrimos, desde la persona inculta hasta la más culta o la más intelectual; todos los seres humanos de este mundo, incluso los líderes, sufren. Nosotros preguntamos si el sufrimiento puede terminar.

Algunos disfrutan sufriendo, lo cual se convierte en neurosis. Vamos a olvidarnos de los que disfrutan sufriendo, de los que piensan que el sufrimiento, de alguna manera, nos ayuda a comprender el universo, a comprender la vida. Uno sufre: mi hijo ha muerto, se ha ido, pero los recuerdos permanecen, esos recuerdos de su compañía, de su afecto, del amor por él, etc., los recuerdos siguen ahí, ¿son estos recuerdos sufrimiento? Por favor, investiguen. He perdido a mi esposa, no soy tan inteligente como usted, no estoy tan atento ni soy tan sensible como usted y, en consecuencia, sufro; o tengo diez razones diferentes para sufrir. ¿Es la pérdida la causa del sufrimiento, del derramar lágrimas, o la causa del sufrimiento es que la pérdida trae varios recuerdos y memorias? ¿No es esa, quizá, la causa mayor?

Desde el principio, los seres humanos han tenido guerras y han matado a otros, ese ha sido el patrón de nuestra existencia, guerra tras guerra, matando a miles de personas. La humanidad ha sufrido y seguimos ese mismo camino de la guerra que ha traído tanto sufrimiento a la humanidad. Tenemos nuestro sufrimiento personal; pero el sufrimiento es tanto suyo como mío. Me gusta identificarme con mi sufrimiento y usted con el suyo, pero su sufrimiento y el mío son lo mismo. Los objetos del sufrimiento pueden variar, pero el sufrimiento es sufrimiento; por tanto, no es personal. Resulta difícil ver esa verdad.

Si sufre y yo sufro, usted lo hace por una razón y yo por otra, y ambos nos identificamos con nuestro sufrimiento particular. Nos dividimos e intentamos encontrar formas y medios para reprimirlo, para racionalizarlo, etc. Sin embargo, si nos damos

cuenta de que el sufrimiento es el sufrimiento de la humanidad, y que somos el resto de la humanidad porque tenemos miedo, sufrimos, buscamos placer, sentimos ansiedad, igual que los demás, si no nos damos cuenta de que el sufrimiento no es *mi sufrimiento*, entonces se vuelve insignificante. Somos el resto de la humanidad y, cuando sufrimos, ese sufrimiento es el sufrimiento de la humanidad. Entonces cambia totalmente nuestro enfoque del problema. Si es *mi sufrimiento*, rezo: «Por favor, Dios mío, ayúdame a superarlo, a comprenderlo»; se vuelve algo tan personal, un asunto tan pequeño e insignificante. Sin embargo, cuando el sufrimiento es del resto de la humanidad, entonces se convierte en algo extraordinario que uno debe mirar con mucha atención. Y si un ser humano comprende la naturaleza del sufrimiento y va más allá, entonces ayuda al resto de la humanidad.

Ahora bien, ¿es el sufrimiento recuerdos? El padre o la madre cuyo hijo murió en la guerra recuerdan todo lo relacionado con él: su nacimiento, su imagen, sus fotografías, todos los incidentes y accidentes, sus risas, lágrimas, regañinas, y su muerte. Luego, ¿no es el sufrimiento parte de la continuidad de estos recuerdos? Y si se trata de recuerdos, no se limiten a reducirlo a unas pocas palabras, el sufrimiento tiene un tremendo contenido. ¿Pueden estos recuerdos, no solo los de mi hijo, sino también los recuerdos del sufrimiento de la humanidad, estos recuerdos que son sufrimiento, pueden eliminarse?

Uno no solo debe investigar un recuerdo concreto, sino la totalidad del movimiento de la memoria. Vivimos de la memoria, somos memoria, somos esa palabra, la reacción a esa

palabra y el placer que se deriva de esa palabra, los recuerdos de todo lo sucedido. Un símbolo, un incidente, un accidente se registra en el cerebro y reaparece cuando surge un percance. La memoria es el pasado, por tanto, somos el pasado.

¿Puede terminar todo este movimiento del pasado, que es tiempo y pensamiento? No nos referimos al pensamiento en la vida cotidiana, no hablamos del pensamiento necesario para conducir un auto, para escribir una carta o un poema; ahí, el pensamiento y el conocimiento son absolutamente imprescindibles. Estamos hablando de la totalidad del movimiento psicológico basado en la memoria. No obstante, planteamos una pregunta mucho más profunda: ¿puede el "yo", el mí, el ego, toda esa actividad egocéntrica que es el movimiento de la memoria, puede ese "yo" terminar? No a través de la disciplina, del control, de la represión o de la identificación con algo superior, lo cual sigue siendo un movimiento del "yo". ¿Puede el "yo" terminar? Seguramente preguntará: si el "yo" termina, ¿cuál es mi lugar en la sociedad? ¿Qué haré? Primero ponga fin al "yo" y luego lo descubrirá, no al revés.

Esa es una cuestión muy seria, nadie en este mundo, o más allá de este mundo, puede decirle cómo poner fin al "yo". Observo el hecho de que estoy herido psicológicamente porque mi hija, mi hijo, mi padre han hecho algo que me ha herido. Muchas personas arrastran heridas a lo largo de toda su vida. Pero si uno puede observar una herida sin la mínima resistencia, sin ninguna reacción de que no deberían herirle ni debería arrastrar esa herida, y se limita a observar esa herida psicoló-

gica, entonces verá cómo la herida desaparece por completo. Asimismo, se trata de observar cómo surgen los recuerdos, ver su naturaleza y desarrollo. Toda la naturaleza de nuestra actividad diaria se basa en la memoria, pero la memoria es muy limitada. El pensamiento puede inventar el infinito, pero, aun así, el pensamiento en sí mismo es muy limitado, es finito, por mucho que pretenda ser infinito.

Todo esto implica libertad total, no solo libertad de *algo*, sino esa cualidad de la libertad que no se basa en ninguna reacción, recompensa ni castigo. Para investigarlo, uno debe comprender también la naturaleza de la muerte, del morir; debe inquirir con mucha calma, no histéricamente, este problema tan complicado. Nos interesamos y hablamos de morir, de terminar, porque es parte de nuestra vida. No solo nacemos, nos educamos y pasamos por todas esas dificultades y ansiedades, la muerte también es parte de la vida. Ahí está, tanto si nos gusta como si no, tanto si somos ingleses como si somos franceses, ahí está. No importa si somos jóvenes o de mediana edad, mayores o enfermos, ahí está. Uno debe comprender qué es la muerte, y comprender la vida antes de la muerte. Estamos intentando comprender juntos qué hay antes de la muerte, o sea, el miedo, las heridas, el sufrimiento, el dolor, la ansiedad, el trabajo, el ir a la oficina desde la mañana hasta la tarde. Todo esto es parte de nuestra vida, de nuestro vivir, y también el terminar con todo esto. Puede que uno tenga una buena vida, placentera, de éxito. Puede que sea alguien en el mundo, que tenga poder, posición, dinero, pero la muerte está esperando al

final. Nos gusta posponerla tanto como podemos, alejarla. El organismo morirá, eso es natural, aunque puede que viva más tiempo si lo cuidamos adecuadamente.

¿Qué es morir? No saltar por un puente o hacer algo para suicidarse, sino viviendo como lo hacemos ahora, sentados aquí, ¿qué es la muerte? Aparte de que al cerebro le falte oxígeno y el cuerpo muera, estamos preguntando: ¿es la muerte el fin, el final de todo lo que tengo: mi vida, mis hijos, mis libros, mi estatus, mi poder, mi posición? Ya saben todo lo que representa morir.

Debemos también investigar esa cuestión tan vigente en Oriente, la reencarnación, el renacer, tener una serie de vidas hasta alcanzar lo que sea que se alcance: "el principio más elevado", etc. Ellos creen eso con mucha firmeza, pero no se preguntan seriamente qué es lo que continua. ¿Es el "yo" que continúa o existe algo más allá del "yo" que continúe? Si existe algo más allá del "yo", de mis ideas, mis opiniones, mis conclusiones, etc., si ese "yo" es la palabra, el nombre, los recuerdos, ¿es eso lo que continúa? ¿O existe una entidad espiritual, el alma del mundo de los cristianos, en el mundo budista o hindú emplean otras palabras, que continúa? Si esa cosa que está más allá del "yo", o que el "yo" encubre, es una entidad espiritual, debe estar más allá del tiempo y de la muerte, en consecuencia, no puede reencarnar. Sin embargo, a las personas nos gusta creer en todo esto, porque nos produce satisfacción: «Naceré en una próxima vida. He tenido una vida de pobre, pero en la siguiente vida tendré una casa mejor, tendré una casa más grande, seré rey», o alguna otra tontería.

Así pues, dejemos a un lado todas estas intenciones ilusorias y afrontemos el hecho de que psicológicamente hay un final, un final definitivo. El "yo", con todos sus recuerdos, cesa; eso es morir. Pero nosotros no lo aceptamos, por eso buscamos diferentes formas confortables, creencias, fe, resurrección.

Es decir, mientras vivimos, ¿podemos terminar algo sin ninguna causa, sin ningún futuro? Poner fin a algo, como por ejemplo, el apego. ¿Puede poner fin a todo apego: el apego al nombre, a los muebles, a la esposa, al esposo, al jardín, a las ideas y prejuicios, terminar todo apego mientras viva? Eso mismo sucederá cuando muera físicamente. Hágalo ahora y vea lo que significa. Ese terminar es tremendo, esconde un cualidad increíble. No estar apegado a nada. Esto es libertad, y cuando existe esa clase de libertad, la muerte no causa miedo, porque está viviendo con la muerte. Ambas cosas van juntas, vivir y morir. ¿Se dan cuenta de la belleza de esto? Esa cualidad de completa libertad de todo miedo. Porque, si hay apego, hay celos, ansiedad, odio; cuanto más apego, más dolor.

Ya conocen todo esto. Si le dijera a su esposa o esposo: «Ya no estoy apegado», ¿qué sucedería? ¿Niega eso el amor? ¿Niega eso la relación? ¿Es el apego amor? Investiguen todo esto, y a medida que lo hagan tendrán más vitalidad, más seguridad y más energía, sin necesidad de ninguna droga o estímulo.

Brockwood Park, Inglaterra
3 de septiembre de 1983

9. Percibir la verdad de "lo que es" trae paz

¿Es posible comunicarnos unos con otros profundamente, y juntos emprender un largo viaje, un viaje que recorra toda la condición humana, no con la mirada puesta en un determinado país, en un grupo de personas, en una comunidad o en una filosofía particular? Si esperan que les instruya, que les informe, que les diga lo que deben hacer, me temo que se llevarán una decepción. Juntos vamos a emprender un largo viaje, no solo por el mundo físico externo, sino también por el mundo psicológico, el mundo que está dentro de nosotros, debajo de nuestra piel, por así decirlo; un mundo que muy pocos se toman en serio o han investigado en toda su profundidad. Debemos hablar con libertad, inteligentemente, sin ninguna interpretación ni conclusión, como dos amigos que hablan juntos no solo de la situación del mundo, sino también de sus problemas personales, de su conducta, de su forma de pensar, de sus prejuicios, opiniones y conclusiones. No hay que limitarse a escuchar un entramado de palabras, sino también los asuntos profundos de la vida.

La religión y la paz en el mundo son las dos cosas más importantes en la vida. No está muy claro cuál es la raíz etimológica de la palabra "religión". Solemos aceptar como religión lo que vemos en el mundo: la religión cristiana, la islámica, la hindú, la budista, etc., con sus templos, mezquitas, iglesias, catedrales, todos los rituales y las cosas que hay en su interior. La fe, las creencias, la repetición de ciertas frases, los rituales, toda la estructura de la superstición, eso es lo que se entiende generalmente por religión. Sin embargo, eso no es religión, todo es una creación del pensamiento. El pensamiento es un proceso material que ha creado las tradiciones, las ha santificado y, a continuación, ese mismo pensamiento rinde culto a lo que ha creado. Esto es un hecho, no es una teoría.

Decíamos que en el mundo no hay paz. Todas las naciones se preparan para la guerra, incluida la guerra nuclear y la destrucción del toda la humanidad. No hay paz en el mundo ni en nosotros mismos. Para que uno sea un ser humano religioso, que viva pacíficamente en este mundo sin conflicto, sin problemas, sin este proceso divisorio, se requiere mucha inteligencia, no la simple repetición de determinados eslóganes o seguir a un gurú. Las personas que se dan plena cuenta, aquellas que son conscientes de lo que sucede, dejan todo esto, lo sueltan. La religión ha perdido todo su significado, excepto el sentimental, la excitación de los sentidos y el estímulo emocional. La religión, en el sentido más profundo de esa palabra, quiere decir vivir una vida recta, con libertad, ser responsable de nuestras propias acciones, ser independiente del entorno, etc.

Prestemos atención no solo a las palabras y a su significado, sino también a nuestras propias respuestas, interpretaciones, cómo las escuchamos, las aceptamos o reaccionamos. Vamos a emprender un largo viaje amigable, no dogmático, tanto externo como interno; aunque el viaje interno sea el más difícil. Resulta relativamente fácil estar bien informado de lo que sucede en el mundo, pero uno debe tener criterio para sopesar, para ver las cosas tal como suceden en el mundo externo. En realidad, no es el mundo externo, es el mundo que hemos creado. Es como la marea que va y viene, es la misma agua, pero por desgracia hemos dividido el mundo en externo e interno.

Es un mundo en constante movimiento de acción y reacción, de reto y respuesta, de problema tras problema. Estos problemas aumentan; no solo los políticos los crean, sino también la gente religiosa; y nosotros también creamos problemas. Nosotros hemos creado esa sociedad; esta sociedad no ha surgido de la nada, es lo que nosotros somos. Si nuestra casa interna está desordenada, si es irritante e inflexible, entonces creamos una sociedad agresiva, cruel, injusta, etc. Nuestra responsabilidad no es cambiar la sociedad, sino ver en nuestro viaje, en el mismo momento en que se emprende el viaje, ver si existe la posibilidad de cambiarnos a nosotros mismos, la posibilidad de una revolución psicológica, y no una revolución física.

El mundo está dividido geográficamente, en nacionalidades, en religiones, en economías. El mundo está dividido, fragmentado. Esa fragmentación ha surgido de las nacionalidades, que no son más que un tradicionalismo glorificado; cada país está

preocupado por sí mismo. Los políticos y los líderes se han olvidado de que todos somos seres humanos, de que todos somos *una persona*. Podemos llamarnos musulmanes, hindúes, budistas, cristianos, pero somos una sola humanidad. Podemos pertenecer a cierta secta, imponer nuestras ambiciones, pero detrás de todo esto somos una sola entidad; somos toda la humanidad.

Por desgracia, debido a nuestra búsqueda individual de seguridad a través de la familia, de la comunidad y de la nación hemos dividido el mundo en americanos, rusos, franceses, indios, árabes, judíos, etc. Esa separación, esa división, esa fragmentación es una de las causas de la guerra, de que nos destruyamos unos a otros en nombre de Dios, de la religión, de las ideologías; sabemos todo esto. Y este proceso, esa división tribal, económica, religiosa, social, tradicional viene sucediendo desde tiempos inmemoriales. El hecho es: donde hay división y fragmentación debe haber conflicto. Eso es lo que está sucediendo: una ideología en contra de otra, la ideología conservadora en contra de la liberal, el socialista en contra del comunista, los fascistas en contra de todos. Observen lo que sucede en la actualidad, en nuestra vida diaria. A menos que esa división termine completamente, o sea, que uno deje de ser hindú, budista, musulmán, cristiano, comunista, socialista, capitalista, seguiremos fomentando la guerra, matando a miles, a millones de seres humanos. Si se desencadena una guerra nuclear, todos desapareceremos y el planeta arderá.

Ya saben todo esto si leen los periódicos o hablan con científicos. Así ha sucedido durante cuarenta o cincuenta mil años,

según dicen los arqueólogos y biólogos; desde que el ser humano vive en este planeta, han habido luchas, peleas, muertes. De la misma manera que ha sucedido con anterioridad, sucede ahora, este es también el futuro de la humanidad: constantes luchas, peleas, destrucción. Esa es nuestra realidad, no solo la nuestra, sino también la de nuestros nietos; y lo aceptamos. Si uno es judío o hindú, al estar convencido de ser eso, perpetua, alimenta la destrucción de los seres humanos. Esa es la situación actual, y los políticos no pueden resolver el problema, todo lo contrario, añaden más y más problemas. Cuando intentan solucionar un problema, generan docenas de otros problemas. Uno puede ver todo esto por sí mismo.

Nuestros cerebros están saturados de problemas. Si podemos darnos cuenta de lo que sucede internamente, veremos que somos personas muy primitivas. A pesar de haber vivido en este planeta durante cuarenta o cincuenta mil años, somos bárbaros, crueles. Más o menos somos como hemos sido desde el principio de los tiempos: odiamos, somos celosos, tenemos miedo, y a partir de ese miedo creamos toda clase de horrores. Este es el mundo externo e interno en el que vivimos. Ningún filósofo, gurú o político ha solucionado nuestros problemas humanos. Podemos escapar de ellos ingresando en un monasterio, tomando ciertos votos, practicando algún culto, pero ninguna autoridad ha solucionado los problemas humanos. Hemos llegado al punto en que no creemos en nada, estamos totalmente confundidos. Aquellos que inicialmente tenían claridad acaban inciertos. Empecé creyendo firmemente en Dios, o en alguna

clase de entidad mística, pero sí soy un poco inteligente, a medida que me hago mayor empiezo a dudar de todo. Uno debe *empezar* estando *inseguro*, dudando, cuestionando, teniendo una mente escéptica; entonces se llega a un estado de absoluta seguridad.

Al fin y al cabo, buscamos seguridad, tanto interna como externa. Por eso hemos inventado a Dios, porque esa es la seguridad suprema. Por favor, no se sorprendan. Seguramente la mayoría de ustedes creen en Dios o en algún principio superior, pero todo esto es un invento del pensamiento. El pensamiento es un proceso material; por tanto, todo lo que crea en el mundo de la religión sigue siendo material, como hace con la tecnología.

Hemos emprendido un viaje juntos para descubrir si nosotros, los seres humanos, podemos experimentar un cambio radical en nosotros mismos, no por medio de la compulsión, de algún incentivo o promesa, sino viendo las cosas como son. Vemos el aterrador y desesperado estado que ha alcanzado la humanidad, la confusión de la gente que realmente cree que va bien encaminada, porque nos han dicho tantas cosas contradictorias a lo largo de toda la vida. Somos seres humanos confundidos, tanto si lo admitimos como si no, confundidos hasta en las capas más profundas de la conciencia. El mundo ha llegado a un punto en el que nadie cree en los científicos, en los políticos, ni en ninguno de esos insensatos que llamamos gurús. La humanidad no ha cambiado; pero si vemos este estado profundo de confusión, entonces esa confusión exige

una acción correcta, esa misma confusión trae una crisis en nuestra vida. La crisis no está fuera, la crisis está en nuestra conciencia, en nuestro ser.

¿Es posible experimentar una profunda revolución *psicológica* en uno mismo, no una revolución externa? Las revoluciones externas han fracasado, incluso las más recientes. Lo importante es la urgencia de una mutación psicológica, un cambio fundamental en las mismas células del cerebro. Las células del cerebro están condicionadas; quien les habla no es un especialista en la estructura del cerebro, pero lo ha hablado con varios científicos. Uno puede observarlo en sí mismo, lo cual es mucho más importante que hablarlo con científicos, con su autoridad y sus contradicciones. Vemos cómo nuestro cerebro está condicionado por el nacionalismo, el idioma, la religión, la economía. ¿Pueden las células de este cerebro, que ha sido condicionado por el conocimiento y la educación, experimentar una mutación en sí mismas? Si uno está condicionado como musulmán, si repite el Corán desde la infancia, como es natural, el cerebro se adapta a estas palabras, al contenido de estas palabras, al significado de estas palabras, etc. Asimismo, el cerebro está condicionado por el clima, los alimentos, la tradición, la educación. De modo que el conocimiento se ha convertido en un factor de condicionamiento.

El conocimiento es el resultado de la experiencia, pero la experiencia y el conocimiento son limitados. Después de doscientos años de hipótesis, de experimentos, los científicos gradualmente, paso a paso, han acumulado enormes conoci-

mientos sobre la materia. Sin embargo, el conocimiento nunca es completo, ya sea el conocimiento del Corán o de la Biblia, siempre es limitado porque se basa en la experiencia, y la experiencia siempre es limitada. Cuando uno capta este hecho, esa verdad, entonces se da cuenta de que *todo* pensar es limitado. El pensar es una reacción de la memoria acumulada en las células cerebrales, y estas células han sido condicionadas durante siglos de experiencias, de luchas, y del vivir humano. Estamos preguntando si estas células pueden experimentar una mutación fundamental por sí mismas, de tal forma que el ser humano sea del todo diferente y deje de estar condicionado. Puede que digan que es imposible. Esa es la reacción normal, han vivido de esa manera durante muchos siglos, ¿cómo puede eso cambiar, cómo es posible una mutación? Para descubrirlo se necesita investigar mucho, prestar enorme atención, invertir mucha energía y pasión. La mayoría somos apáticos, estamos ocupados con infinitas cosas, con nuestra vida, tenemos miedo de lo que pueda suceder, del pasado, del futuro y del presente.

Miren las cosas tal como son, sin ningún prejuicio, sin ninguna conclusión. Si tienen conclusiones, opiniones, juicios, déjenlas a un lado, porque solo un cerebro libre puede mirar. ¿Es posible dejar a un lado todas las opiniones, los juicios, las valoraciones, la tradición, y mirar las cosas tal como son? No como un político, como un extranjero, como una persona que ha leído mucho y puede hablar con facilidad, sino como ser humano. Nuestro cerebro está condicionado para solucionar problemas, de ahí que el cerebro mismo sea un problema, por

eso cualquier cosa que toca se convierte en un problema. ¿Es posible que el cerebro no esté condicionado para solucionar problemas, que esté libre para mirar y no convertir lo que mira en un problema? ¿Pueden las células del cerebro, sin coacción, sin instigación, sin presión, tanto interna como externa, experimentar un cambio, una mutación en sí mismas?

La religión es la cosa más importante en la vida. No puede establecerse una nueva cultura, una nueva civilización a través de ajustes económicos, de acciones políticas o a través de diferentes instituciones o fundaciones. La religión es la única posibilidad. Nuestra investigación consiste en descubrir si el cerebro humano puede ser realmente religioso. Por "religión" queremos decir libertad absoluta, libertad del miedo, del conflicto, de los problemas, del sufrimiento, de tal modo que el cerebro sea completamente libre. Solo entonces puede existir la cualidad del amor y la compasión; únicamente en ese estado puede descubrirse lo sagrado. Con la comprensión de esa verdad, con la percepción de esa verdad, llega la paz, la paz en uno mismo, la paz en la propia psiquis. Lo cual significa ningún conflicto.

Ahora bien, ¿es eso posible? Si dice que es imposible, entonces se convierte en un bloqueo que le impide examinar la posibilidad de abrir la puerta para mirar. O si dice que *es* posible, entonces simplemente está pensando de forma teórica y cierra la puerta. Por consiguiente, debe tener esa cualidad de un cerebro que investiga, que mira, que busca, que pregunta, que cuestiona, que duda; no solo duda de los demás, de sus libros,

etc., sino que duda de su propio pensar, cuestiona su propia experiencia, sus propias reacciones. Para eso se necesita una mente atenta.

La primera pregunta que debemos hacer es: ¿qué es pensar? Vivimos pensando, todas nuestras reacciones se basan en el pensamiento; nuestra relación con los demás es, en parte, pensamiento. Las imágenes que hemos construido de la esposa o el esposo, del gurú, del líder, etc., son un producto del pensamiento en forma de imagen. El pensar es nuestro instrumento principal. Podemos pensar piadosamente, románticamente, imaginativamente, pero sigue siendo pensar. Un científico, un filósofo, un matemático, un biólogo, un simple ser humano común, o incluso la persona menos culta, piensa. Así que nuestra primera pregunta es descubrir qué es pensar, por qué el pensamiento se ha convertido en algo tan importante.

Debemos comprender con toda claridad la naturaleza de nuestro pensar. Por favor, observen su propio pensar, observen sus pensamientos, cómo surgen, lo limitados que son. Cada uno de se preocupa por sí mismo; en esencia, somos egocéntricos, aunque intentamos esconderlo detrás de palabras bonitas. El pensar egocéntrico es limitado. Cuando piensa en sí mismo, en sus logros, en sus deseos, en sus propósitos, eso sigue siendo limitado, y todo lo limitado genera conflicto y división. Eso es la ley. Si me separo de usted, si a lo largo de todo el día pienso en mí mismo, eso es un proceso muy limitado. No obstante, es lo que todos hacemos, aunque lo hagamos contentos, descon-

tentos o con éxito. Así pues, como nuestro pensar es limitado, toda nuestra visión es limitada, y esa limitación crea el nacionalismo, la esperanza de encontrar seguridad en el tribalismo, en los dioses tribales; pero ahí no hay seguridad. Pensamos que en la comunidad hay seguridad, pero ahí tampoco hay seguridad. Y bien, ¿dónde hay seguridad? ¿Dónde hay seguridad para nosotros? No la hay en la división, ni poniéndonos una etiqueta.

¿Qué hará que cambiemos? Sufrimos, padecemos, tenemos guerras, toda clase de dificultades y penalidades, aun así seguimos igual. ¿Qué nos hará cambiar? ¿Alguna recompensa? ¿Una recompensa en el cielo o en la tierra? Cuando se busca una recompensa, siempre existe el lado opuesto, el castigo; la recompensa o el castigo son una de nuestras tendencias. De modo que es muy importante descubrir si el pensamiento, que ha generado tanto caos en el mundo, es el único instrumento que tenemos.

Los científicos no solo han producido medicinas, cirugía, comunicaciones rápidas, cosas necesarias y maravillosas, sino que también han producido las cosas más diabólicas: armas y guerras nucleares, la bomba y el submarino atómico. Toda la tecnología del bienestar es un producto del pensamiento. El ir a la luna es un producto del pensamiento, ¡y poner una bandera allí también es producto del pensamiento! Nuestra relación de unos con otros se basa en el pensamiento.

Estamos relacionados, la vida es un proceso de relación, vivir es estar relacionado. No es posible vivir aislado; aunque

el resto de su vida se retire a los Himalayas, a una comunidad o a un monasterio, seguirá en contacto con la humanidad, estará relacionado. Puede que no esté relacionado con las personas, pero estará relacionado con la tradición, con el conocimiento, con cantidad de cosas. De manera que la relación es uno de los factores básicos de la vida: los hijos, el esposo, la esposa están en relación, tienen sus conflictos, sus demandas sexuales, sus placeres, sus angustias, sus halagos, sus insultos, sus reprimendas; ya saben lo que sucede en la relación. Al estar relacionados hemos creado, el pensamiento lo ha hecho, una imagen de la esposa, y la esposa ha credo una imagen del esposo, es un hecho, y la relación es entre estas dos imágenes. El esposo dice: «Conozco a mi esposa», y ella dice: «Conozco a mi esposo», pero en realidad no se conocen. Todo lo que conocen es esa imagen que tienen el uno del otro, que se ha ido formando a lo largo del tiempo. Si la relación es entre dos imágenes, eso no es relación en absoluto; lo cual de nuevo es un hecho. Por eso existe tanto conflicto en la relación. Muy pocas personas que viven juntas están realmente relacionadas y son felices; la mayoría se adaptan, se toleran o se explotan la una a la otra.

En consecuencia, ¿es posible vivir sin una sola imagen? ¿Quién crea las imágenes? Están sentados aquí y tienen una imagen de mí, ¿no es cierto? Pero esa imagen que han creado no soy yo. Algunas personas adoran esa imagen, usted puede adorarla, patearla o descartarla, pero ha creado una imagen de mí, por tanto, su relación es con esa imagen y no conmigo.

Para estar relacionados, debemos contactar uno con otro en el mismo nivel, al mismo tiempo y con la misma intensidad. ¿No es eso amor? Si contacta con otra persona en el mismo nivel, al mismo tiempo y con la misma intensidad, no sexualmente, no hablo de esto, sino con todas las personas, con todo su ser, eso es amor. Si tiene imágenes de la otra persona, eso no es amor. Si hay amor, el tiempo no existe; si hay amor, el conflicto no existe. Para comprender esa cosa extraordinaria que llamamos "amor", uno debe ser muy inteligente, no tener miedo, ambición, codicia, celos ni odio.

Debido a que nuestros cerebros están condicionados por el pensamiento, por la actividad del pensamiento, que es la actividad en el tiempo como un proceso material, ¿es posible encontrar un movimiento totalmente diferente del pensamiento, que no sea un producto del pensamiento? Si el pensamiento es el único instrumento que tenemos, estamos condenados para siempre, porque, en ese caso, todas nuestras acciones serán limitadas; todo lo que hagamos religiosa, política y económicamente siempre será limitado; por tanto, generará constantes conflictos y más problemas. El pensamiento es imprescindible, ahora bien, ¿es necesario en la relación de unos con otros?

Para descubrir por uno mismo una manera de vivir en la cual el pensamiento no intervenga, se requiere investigar enormemente. Se requiere estar muy atento, porque el conocimiento se ha convertido en algo muy importante. La verdad no es conocimiento, no es algo creado por el pensamiento, sino algo que

surge cuando el cerebro es totalmente libre, descondicionado, prístino, original. Descubrir esto es parte de la meditación, y no esa repetición sin sentido.

No estamos hablando de algo teórico, hipotético, estamos tratando con hechos. Un hecho es lo que ahora está sucediendo, y lo que ha sucedido antes, no si sucederá en el futuro. Un hecho es lo que piensan y hacen ahora, o lo que antes hicieron. Esto son hechos, pero los ideales no son hechos. Seguramente tienen ideales, viven de palabras ilusorias, y cuando sus cerebros viven de palabras ilusorias, es inevitable que generen conflicto en sí mismos y en los demás. Sus opiniones, al igual que las opiniones de los demás, no son hechos; pero lo que hacen a partir de las opiniones, de las conclusiones, de las teorías, eso son hechos. Si tiene una ilusión y actúa según esa ilusión, eso se convierte en un hecho, y el tener una ilusión también es un hecho.

¿Cuestionarán toda autoridad, primero su propia autoridad, y la autoridad de su religión, de sus dioses, de sus templos? Al cuestionar a los políticos, al cuestionar y dudar de todo, el cerebro mismo empieza a activarse.

La humildad viene de forma natural, sin invitarla y con facilidad solo cuando empezamos a cuestionar nuestros propios pensamientos, nuestra relación, nuestros deseos, nuestros logros; de ahí surge esa cualidad de humildad. Cuando hay humildad, se aprende, se aprende sin límite; mientras que el conocimiento es limitado. Someterse a alguien no es humildad. Humildad es decir: «No lo sé, voy a descubrirlo». Es estar libre

para mirar y tener mucha sencillez, no la sencillez de llevar una única prenda, sino la sencillez de una mente y de un corazón claros.

Únicamente entonces se manifiesta aquello que está más allá del tiempo.

Madrás (Chennai), India
31 de diciembre de 1983

10. Una dimensión que no es un invento del pensamiento

¿Por qué no podemos vivir unos con otros, ya sea íntimamente o no, en paz, con esa cualidad de la serenidad? Hemos estado hablando de si podemos, mientras vivimos nuestra vida cotidiana, terminar nuestro conflicto interno, liberarnos de cualquier sombra de miedo, poner fin al sufrimiento y alejarnos por completo de cualquier actividad egocéntrica, que es una de las causas más grandes del conflicto, no solo externo sino también interno. Muy pocos parecen ser lo suficientemente serios para investigar en profundidad y, tal vez, darse cuenta de que existe una manera de vivir del todo diferente. ¿Por qué la humanidad se ha convertido en lo que es? ¿Estamos destinados a vivir de esta manera? ¿Se ha producido algún error en la evolución humana? ¿Existe algo externo, más allá de la medida humana, que cuando se comprende, cuando se investiga profundamente, quizá, abre la puerta, los ojos, y puede que también el corazón, de manera que de forma natural, sin esfuerzo, vivamos una vida pacífica y feliz?

Debemos entender la palabra *experiencia*. La experiencia es un proceso de acumular conocimientos, de familiarizarse con algo. Sin embargo, el conocimiento puede ser una de las razones fundamentales de nuestro conflicto y de nuestra ignorancia. No el conocimiento técnico, científico, médico, etc., sino el acumular conocimientos de la humanidad, que es toda esa carga del pasado.

¿Existe un agente externo, más allá de la medida del hombre y del mismo hombre, a quien recurrir, rogar, pedir orientación, o bien debemos permanecer básicamente con lo que somos, y por tanto, sin ningún agente externo? ¿Acaso el ser humano es la medida de todas las cosas? Un ser humano es nuestra conciencia, nuestras reacciones, nuestros recuerdos, ¿es esa la medida o existe algo externo a nosotros que si logramos contactar con ello puede ayudarnos? Esa ha sido la finalidad de la religión. Desde tiempos inmemoriales, la gente de todo el mundo ha buscado algo externo o se ha afirmado que existe algo divino en los humanos, pero que está recubierto de codicia, envidia, ambición, crueldad, brutalidad, y que si podemos eliminar eso, entonces perdurará el factor de buena conducta. Para eliminar todas las capas de nuestra vida maligna, cruel, ansiosa, ambiciosa y agresiva, tenemos muchos sistemas, muchas fórmulas, distintos rituales, magia. Lo hemos intentado con varias clases de tortura física: el ayuno, el negar las respuestas sensoriales, para llegar a cierto punto donde podamos comprender y vivir una clase de vida diferente. Los científicos también han intentado cambiar al hombre a través de la ingeniería genética, de la

química, de las drogas Hemos mirado en todas las direcciones externas, pero, tal vez, nunca hacia lo interno. Hemos arañado la superficie de nuestra existencia, pero, excepto unos pocos, no nos hemos interesado seriamente ni hemos investigado en nosotros mismos. Somos a la vez materia y el movimiento del pensamiento, que también es materia. El instrumento utilizado para investigar en nosotros mismos ha sido el pensamiento, pero el pensamiento no es el instrumento adecuado porque en sí mismo es limitado.

Las religiones de todo el mundo, organizadas o no, individuales o de grupo, han hecho cualquier clase de intento para llegar a la iluminación –los gurús al utilizar esa palabra la han corrompido–. ¿Podemos descartar todos los dogmas religiosos, los sistemas, los símbolos, las estatuas, los rituales, y no pertenecer a ningún grupo, a ninguna autoridad espiritual? Estas dos palabras, *autoridad espiritual*, niegan la espiritualidad. ¿Podemos deshacernos de todo esto y ser completamente libres, sin temor, de modo que podamos investigar la realidad y ver si existe una dimensión que no sea un invento del pensamiento?

¿Cuál es el origen, el principio de toda existencia, desde la más diminuta célula al cerebro más complejo? ¿Existe realmente un origen y un final para todo esto? Investiguemos juntos esta cuestión. Para descubrir, para sacar a la luz todo ello, ¿qué cerebro se necesita, qué capacidad, qué energía, qué pasión, para explorarlo todo? Para examinar algo desconocido, no predeterminado, que no depende de alguna ilusión sentimental o romántica, se requiere la cualidad de un cerebro completamente

libre, libre de todo su condicionamiento, de sus programas, de toda influencia, por tanto, altamente sensible y muy activo. ¿Es eso posible? ¿Tienen esa clase de cerebro o están adormecidos, son perezosos y viven en su propio engreimiento? Para investigarlo se requiere una mente, un cerebro enormemente activo, que no esté atrapado en ninguna rutina mecánica. ¿Es eso posible?

¿Tenemos un cerebro sin miedo, cuya actividad no sea egocéntrica e interesada? Si no lo tenemos, viviremos todo el tiempo en nuestra propia oscuridad, en un campo tribal y en un entorno limitado. Al igual que un animal atado a un poste, la cuerda puede ser más larga o más corta, pero al estar atado a un poste su movimiento es limitado; podemos hacer la cuerda más larga, no obstante, esa misma longitud nos indica la limitación.

El cerebro debe tener espacio. Y bien, ¿qué es el espacio? No solo el espacio entre aquí y allá, sino un espacio sin centro. Si existe un centro y nos alejamos de ese centro hacia la periferia, por más lejos que esté la periferia sigue habiendo limitación. Un espacio sin centro no tiene periferia ni límite. ¿Tenemos esa clase de cerebro que no depende ni está apegado a nada, a ninguna experiencia, a ninguna conclusión, a ninguna esperanza, a ningún ideal, etc., y, por tanto, es verdadera y totalmente libre? Si está sobrecargado, no puede ir muy lejos; si es ordinario, vulgar, egocéntrico, no puede tener un espacio ilimitado. Espacio indica, usaré la palabra con mucho cuidado, inmenso vacío.

Tratamos de descubrir si es posible vivir en este mundo sin miedo, sin ningún conflicto, con un enorme sentido de la compasión, lo cual demanda mucha inteligencia. No puede haber compasión sin inteligencia, y la inteligencia no es la actividad del pensamiento. Uno no puede ser compasivo si está apegado a cierta ideología, a cierto tribalismo restringido o a cierto concepto religioso, porque todo eso limita. La compasión solo llega o se manifiesta cuando termina el sufrimiento, lo cual implica terminar el movimiento egocéntrico.

Espacio significa inmenso vacío, vacuidad. Y debido a que no contiene nada que el pensamiento pueda introducir, ese espacio tiene enorme energía. El cerebro debe tener esa cualidad de completa libertad y espacio; es decir, uno debe ser nada. Todos somos algo, somos analistas, psicoterapeutas, doctores, todo esto está muy bien, pero cuando nos identificamos con la biología, las terapias, las técnicas, esa misma identificación limita la totalidad del cerebro.

Tan solo cuando llegamos a este punto podemos preguntar qué es meditación. Existen diferentes clases y sistemas de meditación, todas ellas se basan en aquietar al pensamiento, en silenciarlo, para que deje de parlotear. O sea, aparece un controlador que controla el pensamiento por medio de un sistema, de una práctica, de dedicar cierto tiempo diario a permanecer en silencio, etc. Siempre está ese controlador observando, pero el controlador en sí mismo es la actividad del pensamiento. De modo que damos vueltas alrededor de un círculo, igual que un gato que persigue su cola. A eso lo llamamos meditación.

Ahora bien, la meditación no tiene nada que ver con eso. Si su casa no está ordenada, la meditación tiene muy poco significado, y no puede haber orden si hay miedo o alguna clase de conflicto. Podemos inventar cualquier ilusión, iluminación, disciplina cotidiana, pero eso seguirá siendo limitado, ilusorio, porque nace del desorden. Uno solo puede preguntar qué es la verdadera meditación cuando su casa interna está en completo orden y, por tanto, haya enorme estabilidad, esa estabilidad que tiene gran fortaleza. A menos que exista esa clase de *orden no controlado*, la meditación se vuelve muy superficial y sin sentido.

Y bien, ¿qué es orden? El pensamiento no puede generar orden porque en sí mismo es desorden, porque se basa en el conocimiento, que es experiencia. Todo conocimiento es limitado, en consecuencia, el pensamiento también es limitado. Cuando el pensamiento trata de poner orden, genera desorden. Eso es un hecho real, no es una teoría. El pensamiento crea desorden a través del conflicto entre "lo que es" y "lo que debería ser", entre lo real y lo teórico; pero solo existe lo real, no lo teórico. El pensamiento mira lo real desde un punto de vista muy limitado, por consiguiente, es inevitable que su acción genere desorden.

Supongamos que soy codicioso o envidioso, eso es "lo que es", el opuesto no existe. Sin embargo, los seres humanos, el pensamiento crea el opuesto como una forma de entender "lo que es", y también como un medio para escapar de "lo que es". Lo único que existe es "lo que es", y si uno lo percibe sin el opuesto, entonces esa misma percepción es orden.

Como decíamos, nuestra casa debe estar en orden, y el pensamiento no puede traer ese orden. El pensamiento genera su propia disciplina: hacer esto, hacer aquello, seguir por ahí, no seguir por allá, ser tradicional, no ser tradicional, etc.; el pensamiento es la guía. Uno espera crear orden, pero el pensamiento en sí mismo es limitado, por tanto, es inevitable que cree desorden. Si constantemente repito: «Soy inglés, soy francés, soy hindú o soy budista», ese tribalismo es muy limitado y causa enormes estragos en el mundo. Nunca optamos por ir a la raíz del tribalismo y terminar con él, lo que hacemos es buscar cómo iniciar nuevas guerras. El orden solo puede surgir cuando el pensamiento, necesario en ciertas áreas, no interviene en el mundo psicológico. Ese mundo en sí mismo está en orden cuando el pensamiento no interviene.

La palabra *meditación* significa medir, medir "lo que es" y "lo que debería ser", lo que soy y lo que quiero llegar a ser por medio de la meditación. En sánscrito, en latín, *meditación* significa la cualidad de medir, lo cual es comparación. Pero la comparación es desorden. Si me comparo con usted, eso es competir, tratar de ser mejor que usted, y eso genera constante conflicto, ¿no es cierto? Así pues, ¿es posible vivir sin comparar, no solo biológica y físicamente, sino más bien psicológica e internamente, nunca compararme con nada ni con nadie, de modo que la mente, el cerebro esté libre del conflicto de la arrogancia?

¿Qué es meditación? Es necesario tener un cerebro que esté en absoluta calma. El cerebro tiene su propio ritmo, uno puede observarlo en sí mismo; eso no significa que quien les habla sea

extraordinario, no nos volvamos sentimentales o personales. El cerebro tiene una actividad inmensa, parlotea de un tema a otro, de un pensamiento a otro, de una asociación a otra, de un estado a otro, siempre está ocupado. Normalmente uno no es consciente de ello, pero si uno se da cuenta sin opción, sin elección de esa actividad, entonces, ese mismo darse cuenta, esa misma atención termina con el parloteo. Por favor, háganlo y verán qué simple es todo esto.

De modo que es necesario ese estado de libertad, de espacio y de silencio psicológico en el cerebro. Si usted y yo estamos hablando, debemos usar el pensamiento porque hablamos en inglés. Sin embargo, hablar desde el silencio...

Eso trae la cuestión del idioma. ¿Condiciona el idioma el cerebro? ¿Han pensado alguna vez en ello o es algo totalmente nuevo? ¿Moldea el uso del inglés, del francés, del ruso, del chino o de cualquier otro idioma el cerebro y lo condiciona? El idioma condiciona el cerebro. Si habla con un ruso, un francés, un inglés o un americano, advertirá que toda su forma de ver las cosas está limitada por el idioma que utiliza. ¿Es posible estar libre de la red de las palabras y no permitir que moldee nuestra forma de ver toda la existencia?

Si no hacemos ninguna de estas cosas, todo resulta curioso. No estar atrapado en la red de las palabras resulta muy complicado. Cuando usted dice: «Soy comunista», toda su reacción cambia; la etiqueta es más importante que la persona. Así que debe haber libertad de la palabra, entonces el cerebro está en silencio total, aunque mantenga su propio ritmo.

Ahora bien, ¿qué es creación, cómo empezó todo? Estamos investigando el origen, el principio de toda vida, no solo de nuestra vida, sino la vida de todo organismo vivo: las ballenas en la profundidad del mar, los delfines, los peces pequeños, la extensa naturaleza, la belleza del tigre y la vida de los seres humanos, desde la célula más diminuta hasta la persona más compleja, con todos nuestros inventos, nuestras ilusiones, nuestras supersticiones, nuestras disputas, nuestras guerras, nuestra arrogancia, nuestra vulgaridad, con todas nuestras grandes aspiraciones y depresiones. ¿Cuál es el origen de todo esto?

Meditar es descubrirlo, no que *uno* lo descubra. En ese silencio, es esa quietud, en esa absoluta calma, ¿existe un principio? Si existe un principio, debe haber un final, todo lo que tiene una causa debe terminar, cualquier causa tiene un final; eso es ley, es natural. Y bien, ¿tiene realmente una causa la creación de la humanidad, la creación de toda forma de vida? ¿Tuvo un principio todo esto? ¿Cómo lo descubriremos?

Las religiones dicen que Dios existe, que Dios es el principio y el final de todas las cosas; pero esa es la forma más fácil de solventar el problema. Los hindúes lo dicen a su manera, tal vez también los budistas, y los cristianos dicen: *Dios*. Los fundamentalistas creen que el hombre se creó hace 4.500 años. Parece algo absurdo porque hace 4.500 años los egipcios inventaron el calendario, cosa que significó un avance extraordinario. Si usted es fundamentalista, se enojará conmigo por decir esto; espero que ninguno lo sea.

Entonces, ¿qué es creación? No me refiero al pintor que pinta un cuadro ni al poeta o al escultor que hace algo con el mármol; todo eso son manifestaciones. ¿Existe algo no manifestado? ¿Existe algo que, como no se manifiesta, no tiene principio ni fin? Lo que se manifiesta tiene un principio y un fin. Nosotros mismos somos manifestaciones, ¿verdad? No somos divinos, ni esto o aquello, somos el resultado de miles de años de eso que llamamos evolución, crecimiento, desarrollo; y también tendremos un final. Las manifestaciones pueden destruirse, pero lo no manifestado no tiene tiempo.

De manera que preguntamos si existe algo más allá del tiempo. Eso es lo que han investigado filósofos, científicos y religiosos, tratando de descubrir algo más allá de la medida del hombre y del tiempo. Porque si uno lo encuentra, si uno da con ello, lo descubre o lo ve, eso es la inmortalidad; está más allá de la muerte. Los seres humanos lo han buscado de diferentes maneras, en diferentes partes del mundo, a través de diferentes creencias, porque si uno lo descubre o lo capta, la vida, entonces, no tiene principio ni fin. Por tanto, está más allá de cualquier concepto y de toda esperanza; es algo inmenso.

Bien, regresemos a la tierra. ¿Saben?, nunca miramos nuestra propia vida como un enorme y amplio movimiento que tiene una extraordinaria profundidad e inmensidad. Hemos reducido la vida a un asunto muy pequeño e insignificante, pero la vida es realmente la cosa más sagrada que existe. Matar a otro es el mayor sacrilegio. Enojarse, ser violento con alguien..., quien

les habla solo se ha enojado una vez, y esa persona con la que se enojó siempre se lo recuerda, aún carga con el enojo.

Miren, nunca vemos el mundo como un todo, porque estamos fragmentados, somos terriblemente limitados, insignificantes. Nunca tenemos el sentido de totalidad, donde las cosas del mar, de la tierra, de la naturaleza, del cielo y del universo son parte de nosotros. Eso no es ninguna imaginación. Pueden evadirse en alguna imaginación extravagante e imaginar que son el universo, pero entonces se volverán ¡chiflados! Sin embargo, si rompen con este pequeño interés egocéntrico, si eliminan todo esto, a partir de ahí pueden moverse infinitamente.

Meditación es esto, no sentarse con las piernas cruzadas ni permanecer con la cabeza abajo y los pies arriba, o hacer cualquier otra postura, sino tener ese sentimiento de completa totalidad y unidad con la vida. Eso solo puede suceder cuando hay amor y compasión.

Como saben, una de nuestros problemas es asociar el amor con el placer, con el sexo. Y el amor, para la mayoría, también significa celos, ansiedad, afán posesivo, apego. A eso es a lo que llamamos amor, pero ¿es el amor apego? ¿Es el amor placer? ¿Es el amor deseo? ¿Es el amor el opuesto del odio? Si es el opuesto del odio, entonces no es amor. Todos los opuestos contienen su propio opuesto. Si intento ser valiente, esa valentía surge del miedo. De modo que el amor no tiene opuesto; no es posible amar si hay celos, ambición y agresividad.

Cuando existe esa cualidad, entonces de ahí surge la compasión, y si hay compasión, hay inteligencia. No la inteligencia

del interés propio, no la inteligencia del pensamiento, no la inteligencia de acumular conocimientos. La compasión no tiene nada que ver con el conocimiento. Solo la compasión es esa inteligencia que traerá a la humanidad seguridad, estabilidad y la amplia sensación de fortaleza.

Brockwood Park, Inglaterra
4 de septiembre de 1983